Карл Витакер, Вильям Бамберри

ТАНЦЫ С СЕМЬЕЙ

Семейная терапия: символический подход, основанный на личностном опыте

Перевод с английского А.З. Шапиро

Carl A.Whitaker, William M.Bumberry

DANCING WITH THE FAMILY
A Symbolic-Experiential Approach

Библиотека психологии ипсихотерапии
Выпуск 16

Москва
Независимая фирма “Класс”

Витакер К., Бамберри В. Танцы с семьей: Семейная терапия: символический подход, основанный на личностном опыте /Перев. с англ. А.З. Шапиро. - М.: Независимая фирма "Класс" (Библиотека психологии и психотерапии)

Витакер - самый странный классик семейной терапии, ее пророк и юродивый. Его парадоксы озадачивают, а свобода мышления просто бьет наповал. А работа его и впрямь сродни сложному танцу. Грацией. Сочетанием продуманного рисунка с импровизацией. Отсутствием случайных действий. Видимой легкостью, за которой - часы "у станка". Его молодой коллега сделал бесценную работу: он задавал старому мастеру такие вопросы, на которые ему было интересно отвечать. В общем, врачи и психологи получат своего рода "платиновый эталон" (повторить нельзя, но сравнивать себя необходимо), а любознательный массовый читатель - просто классное чтение и новые идеи о собственной семье.

ISBN 0-87630-496-X (USA)
ISBN 5-86375-015-4 (РФ)

НЕ МИР, НО МЕЧ

Я обнаружил, что четыре "данности" существования имеют прямое отношение к психотерапии: неизбежность смерти – нашей или тех, кого мы любим; свобода сделать с собственной жизнью что угодно; наше абсолютное одиночество в мире и, наконец, отсутствие в жизни какого бы то ни было очевидного, готового смысла или значения. Эти данности могут показаться мрачными, однако содержат семена мудрости и искупления.

Ирвин Ялом. "Палач любви" и другие рассказы о психотерапии

Книга выводит из равновесия с первой страницы (особо устойчивых – с третьей). Озадачивает, восхищает, возмущает. Даже пугает – как неожиданная встреча нос к носу, скажем, с тигром. Мощь, красота, острое ощущение неординарности события... Но тигр все-таки, кто его знает... Говорите, ручной – профессор, классик, "отец-основатель"? Какой же он ручной, вон что делает!

Карл Витакер умер в апреле 1995 года. Родом был из американской сельской глубинки, вырастил шестерых детей с единственной и любимой женой Мюриэль. Почти шестьдесят из своих восьмидесяти трех лет работал психотерапевтом: индивидуальным, потом – групповым, а последние сорок лет – семейным. "Работать" для него означало прежде всего выводить системы из равновесия.

В другой своей книге ("Полночные размышления семейного терапевта") Витакер рассказывает о том, как в разные периоды жизни его опыт - иногда мучительный, "тупиковый" или кажущийся таковым - становился осмысленным и превращался во взгляды. Выражены они афористически и передают терпкий вкус экзистенциальных парадоксов, без которых его подхода просто нет. Судите сами: "Моя бредовая система: "Манифест Витакера"; "Изменение семьи означает страдание"; "Как сужать свой мир до тех пор, пока не окажешься в настоящем времени"... и так далее в том же духе.

Надо заметить, что буквально все, что Витакер говорит о семье и браке (и в этой книге тоже), принимается с трудом. Во-первых, это сложно: он оперирует в "неэвклидовом" пространстве - постоянно напоминает о зияющих совсем рядом черных дырах абсурда, сбивает с толку. Мысль собеседника (читателя) смущена. Это очень заметно в вопросах В.Бамберри. (Некоторые фрагменты их диалога напоминают беседу с учителем дзен или, к примеру, с Милтоном Эриксоном.)

Во-вторых, Витакер "на ты" с теми самыми данностями существования, которые, по осторожному утверждению Ялома, "могут показаться мрачными". В частности, он настаивает на том, что боль в семье избыть нельзя – ее можно только более творчески использовать. Впрочем, читатель может найти и еще что-нибудь, что шокирует его сильнее. Тридцать-сорок лет назад Витакера нередко объявляли сумасшедшим или хулиганом, а он и не возражал. Кто еще посмел бы публично назвать свое профессиональное кредо "бредовой системой"?

В этой книге нам дается возможность рассмотреть в деталях, как этот профессор психиатрии, президент Академии психотерапии, и прочая, и прочая – делает работу юродивого: говорит правду в иносказательной форме. А правда неуютная, жалящая, отменяющая привычную "картинку"... И вот он, профессионал – по определению "умный" – сознательно умаляется до того, чтобы на каком-то символическом уровне, может быть, эту правду передать, а для тех, кому ее принять невозможно, остаться, мягко говоря, эксцентричным стариком, который "эвона какую чушь несет". При ближайшем

рассмотрении оказывается, что чушь и шокирующие ассоциации отмерены твердой рукой – "во юродство претворился волею"...

Витакер считал подробный расспрос семьи бестактностью, подглядыванием в щелочку и называл такую тактику порнографической: нельзя "умному" и "одетому" выворачивать наизнанку людей, которые, может быть, и сочли бы это нормальной медицинской необходимостью. Но, страшно сказать, на сессиях он порой засыпал, даже видел короткие сны и был совершенно уверен, что они, как и момент засыпания, – суть его бессознательная интерпретация происходящего, которая тут же и пускалась в дело. Разница между той и этой бестактностью в том, кто в результате уязвим. Или неприличен. Или ненормален.

Впрочем, и сама структура этой книги – подробно документированный "случай" с комментариями – делает мастера уязвимым: протокол позволяет нам "подглядывать", судить и интерпретировать терапевтические интервенции. Иногда они достаточно традиционны (для семейной терапии, конечно), но чаще – абсолютно витакеровские, "тигриные". Высочайший класс работы очевиден, воспроизвести – невозможно.

Оно и к лучшему: тихий ужас охватывает при мысли о рьяном коллеге, который, впечатлившись и проникнувшись, прямо так и начнет всем подряд лепить на консультации: мол, кто в семье хочет вашего самоубийства? С какого возраста захотелось (или расхотелось, неважно) спать с дочерью? (Как будто нашим клиентам в их жизни и без того мало хамили! Господи, пронеси...)

"Невозможные" пассажи Витакера бесконечно далеки от буквального расспроса или интерпретации: это метафорические послания, своего рода стихи, в которых "рифмы" и "ассонансы" не менее важны, чем тема, и поистине – из песни слова не выкинешь. Слово же приобретает множественные (и иные) смыслы, отрывается от обыденного своего употребления, да и бытовые его значения поворачиваются забытыми или странными гранями и все вместе создает некий эффект...Ну, впрочем, в отношении стихов это давно и хорошо известно. Как известно и то, что получилось, когда текст "Песни песней" был воспринят не как поэзия, а как "инструкция по сборке": "И на них – литое чудо - Отвратительней верблюда – Медный в шесть локтей болван..." Последствия буквального понимания метафор в лучшем случае уродливы и смешны, как этот "скульптурный портрет Суламифи" у Саши Черного. В худшем – трагичны, о чем свидетельствуют источники высочайшие и серьезнейшие. И от века говорящий притчами обречен на непонимание, составляющее, видимо, важную часть его миссии.

"Хорошо, – скажет скорее вдумчивый, нежели увлекающийся читатель, – а какой же смысл в этой книге, если в качестве методического пособия ее не используешь?" А такой, как вообще в возможности близко наблюдать работу больших мастеров: повторить невозможно, но и пропустить нельзя, сама встреча с фигурой такого масштаба – род инициации. Событие. Испытание.

Методические же пособия пишут, как известно, ассистенты и доценты на кафедрах. И дело это нужное и полезное, однако к личным озарениям читающего никак не ведущее. Почему – неизвестно. Возможно, большинство ассистентов и доцентов недостаточно поэты. Или недостаточно безумцы.

И об этом Карл Витакер, понимающий толк и в том и в другом, писал: "Профессионалам вообще не свойственно делать что-то для них новое – может быть, только когда (заботами и изобретательностью пациентов) их на это толкает жизнь".

Екатерина Михайлова

ПРЕДИСЛОВИЕ

В понедельник в 8 часов утра в конце лета 1981 года я сидел у кабинета Карла Витакера и ждал его прихода. Это была моя первая встреча с Карлом. Дело происходило через три года после окончания мной колледжа и поэтому я рассматривал встречу с Карлом как очень удачную возможность поучиться. С резюме в руках я нервно ждал, готовя более или менее остроумное начало разговора, а также слова благодарности за то, что моя просьба о трехдневном визите была удовлетворена.

Через некоторое время он появился. Не успел я вскочить для приветствия, как сначала Мама... затем Папа... затем трое детей последовали за ним в кабинет. Что-то здесь было не так! Такого я не ожидал! Еще до того, как я смог осознать, что происходит, Карл сказал: "Привет! Вы, должно быть, Билл. Входите и начнем". Ошеломленный, я последовал за семьей, уже кое-как рассевшейся, и быстро погрузился в диванную мягкость. Я, конечно же, пришел сюда для того, чтобы поучиться символическому подходу в терапии, но не ожидал, что окажусь в роли пациента!

Еще до полудня Витакер принял четыре семьи. К тому времени я преодолел свой ступор, избавился от первоначального ощущения нереальности происходящего и начал наслаждаться тем, что происходит вокруг.

Днем пришли еще две семьи, одна супружеская пара и к тому же состоялась супервизорская встреча с одним из местных семейных терапевтов.

В половине шестого, во время работы с последней семьей, я уже был до предела вымотан. День оказался интересным, напряженным и драматичным. Я несколько раз глубоко вздохнул и приготовился к заключительному обсуждению событий дня с Карлом. Но как только я это сделал, он взглянул на часы, вскочил со своего кресла и направился к двери. До того как исчезнуть в дверном проеме, он обернулся и бодро спросил: "Завтра в это же время?" Когда я кивнул в знак согласия, он сказал: " Будете уходить - заприте кабинет. Встретимся в 8-00".

Опять я застыл, как памятник. Прошло несколько минут прежде чем я смог сдвинуться с места. Я пребывал в каком-то в сюрреалистическом мире, окруженный событиями дня и теми игрушками, произведениями искусства, которые находились в кабинете. За весь тот утомительный день энергия и энтузиазм Карла отнюдь не убыли, хотя уже тогда ему было около 70 лет, мне же не исполнилось и 30.

Первый же день убедил меня в том, что есть нечто, чему мне действительно необходимо было учиться у этого человека. В последующие годы мы встречались еще не раз. Каждый опыт был ценен по-своему. Когда Карл ушел на пенсию из Университета в Висконсине и для меня уже не было практической необходимости участвовать в его клинической работе, мне пришла в голову мысль поделиться своим учебным опытом с другими. Данная книга - результат реализации этой идеи. Книга была задумана мною с целью сделать достоянием профессионалов ценный клинический материал и не претендует на изложение всеобъемлющей теории семейной терапии. Я уверен в том, что, изучая работу Карла даже с одной семьей, можно понять основные элементы всего его подхода. Вместо того чтобы быстро пробежаться по музею, убедившись в том, что вы мельком взглянули на каждую представленную здесь картину, не лучше ли для более глубокого понимания искусства провести время у какого-нибудь одного шедевра великого мастера?

В данном тексте мы хотим, чтобы читатель одновременно сконцентрировался на двух аспектах - на личности терапевта и на самом процессе терапии. Без такого бинокулярного видения невозможно понять представляемый материал.

В то время как стенограммы встреч Карла с семьей отражают только его собственную работу, комментарии и теоретические рассуждения писались совместно. Я

выразил здесь идеи Карла, оказавшие на меня влияние. Те, кто знал Карла и его работу, возможно, обнаружат различные искажения и упущения. Извините! Я вполне доверяю вам самим так отредактировать текст, чтобы он оказался более полезным для вас. Наслаждайтесь этой работой!

Не только Карл и я прилагали усилия для подготовки книги, много других людей внесли в нее свой неоценимый вклад. В этой связи хочу поблагодарить Мюриель Витакер за те многочисленные обсуждения, которые мы по ходу дела вели с ней. Я благодарю и мою жену Кэти за ее постоянный оптимизм, поддержку, а также творческую критику, которая, несомненно, обогатила книгу.

В заключение я бы хотел выразить глубокую признательность семье, с которой работал Карл. Самоотверженность этих людей, поделившихся с другими частью своей жизни, из-за чего наши собственные должны стать богаче, вдохновляет. Работа с ними - большая честь для нас.

Вильям Бамберри

1. НАЧАЛО РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ

Когда мы собрались на нашу первую сессию, казалось напряжение прямо-таки витает в воздухе. Джон и Мери, двигаясь нервно и беспокойно, выбрали диван справа от меня, тогда как трое из их пяти взрослых детей заняли места на другом диване. Двое других, пока отсутствующих отпрысков, должны были присоединиться к нам в заключительный день трехдневного опыта нашего общения.

С первого взгляда было ясно, что это фермерская семья, может быть, похожая на ту, в которой я сам вырос. Папа вышел на “поле боя” в новом комбинезоне с нагрудником, тогда как мама нарядилась опрятно, но без претензий. Три их дочери - 30-летняя Ванесса, 20-летняя Дорис и 18-летняя Марла - выглядели более современно и не так провинциально. Несколько первых минут мы провели в ни к чему не обязывающих разговорах, причем Ванесса говорила от имени всей семьи.

Мы кратко обсудили, почему они решились принять участие в этих встречах и найти средства для оплаты нашей трехдневной работы. Собственно, идея встречи принадлежала Ванессе. Она как раз проходила обучение, намереваясь стать психотерапевтом. Живя вдалеке от остальной семьи, она, тем не менее, чувствовала себя связанной семейными проблемами и хотела их разрешения. К тому же она беспокоилась о своей 28-летней сестре Гейл, которая была госпитализирована из-за эмоциональных срывов. И хотя она вернулась домой, но все еще продолжала принимать лекарства.

Интересно, что психотерапевт, занимавшийся с Гейл, полагал, что лечение, которое она получала в данный момент, проходило вполне успешно, и возражал против ее участия в наших встречах с семьей, опасаясь что они могут повредить его работе с ней. Однако, несмотря на риск, Гейл решила принять участие в заключительной сессии на третий день. Скорее, все же не без благословения своего психотерапевта.

23-летний Майк, единственный сын в этой семье, запаздывал. У него были конфликты на работе, кроме того, он должен был привезти Гейл. Все они жили за городом и добираться сюда им было непросто.

Начало

Начальные моменты первой встречи часто оказываются очень принципиальными. Уровень напряженности намного превосходит простой социальный дискомфорт. Неосознанно начинается интенсивный скрытый процесс установления взаимоотношений. Хотя мы часто маскируем наше внутреннее напряжение, оно , без сомнения, существует и дает о себе знать. Вопросы типа: "Каков ты в действительности?", "Что ты собираешься мне сделать?", "Как далеко мы будем в состоянии идти вместе?" - наполняют наше коллективное бессознательное.

Это время для установления связей на личностном уровне, здесь важно не быть надменным и слишком "профессиональным". Одна из моих первоначальных задач - дать семье простейшее представление о том, как я действую и чего жду от них. Мне нужно установить те условия и параметры, по которым я буду с ними взаимодействовать и общаться.

Процесс взаимодействия запускается, как только я вхожу в кабинет: мои действия порождают их реакции, я отвечаю на них - и общение наше закрутилось. Можно надеяться, что вскоре этот диалектический круговорот приведет к явлениям более высокого порядка.

Другим важным компонентом в понимании того, как идет работа, является точное различие между настойчивостью и агрессией. Заняв ясно выраженную "Я-

позицию", я вовсе не собираюсь их как-то запугивать - скорее, буду стремиться рассказать им о некоторых из моих убеждений, имеющих отношение к делу. Они же, в свою очередь, свободны отвечать на это так, как им хочется: упрямиться, восставать, капитулировать, вести себя высокомерно, демонстрировать свое абсолютное безразличие к тому, что происходит. Как бы там ни было, а процесс запущен, и вместо того чтобы в течение первого часа заниматься классическим интервью-оценкой семьи, мы учимся говорить друг с другом, так сказать, “танцевать”.

В следующей части я намечаю стратегию, и она определяет структуру, с которой мы будем иметь дело в дальнейшем. Я намеревался здесь донести до членов семьи мое убеждение в том, что их готовность предъявить свою боль очень существенна для успешного результата терапии. Кроме того, они должны принять тот факт, что именно они и никто другой остаются ответственными за свои собственные жизни. Передача контроля и ответственности мне их жизни отнюдь не улучшит.

Карл (К): Расскажите, почему вы решили прийти сюда? Чего вы ждете от нашего общения? Чем я могу вам помочь?

Одновременно разрешите поделиться с вами тем, как я веду дело. Прежде всего мне бы хотелось услышать вашу историю, чтобы осмыслить, прочувствовать ту боль, которую вам приходится испытывать. Это поможет мне нащупать путь для работы с вашей семьей. Но я хочу, чтобы вы правильно понятым. Я здесь вроде тренера бейсбольной команды: тренирую, а не играю. Вы должны будете сами принимать окончательные решения относительно вашей собственной жизни.

(Пауза)

И еще я должен предупредить вас, что я придирчив, и буду цепляться ко всему.

Решающим моментом является то, что я должен прямо сказать семье об условиях моей работы. Я хочу, чтобы они поняли, что несмотря на согласие работать с ними, я не собираюсь становиться членом их семьи.

Я ответственен здесь за то, чтобы, насколько смогу, по-человечески реагировать на их боль, но не брать на себя никакой ответственности за их жизнь.

Моя дополнительная реплика о придирчивости и цепляньи должна была освободить их от иллюзорного представления о том, как здесь их будут лечить. Я попытался его разрушить:- простое присутствие им не поможет. Впереди серьезная работа, и я не могу делать ее за них или освобождать их от необходимости прилагать усилия.

Папа (П): Мы привыкли к этому на ферме.

К: Вы привыкли к этому на ферме? Я сам родился и вырос на молочной ферме. Когда-нибудь я покажу вам свою корову! Как-то я проводил семинар и кто-то принес мне маленькую игрушечную корову с выменем, чтобы я мог прижаться к ней, когда почувствую себя одиноко.

Реакция Папы на мое предложение вызвала ответный ход - присоединение с моей стороны. Я хотел, чтобы семья знала, что я тоже был фермером и могу понять и прочувствовать те условия, в которых им приходится жить, и ту борьбу, которую им приходится вести, и отнестись к ним личностно.

Этот тип присоединения очень действенен, ибо он аутентичен, искренен, исходит из общего жизненного опыта. Это в гораздо большей степени личностно окрашено, чем стандартно-профессиональное предложение: "Я хочу вам помочь".

В этом месте беседы Мама, кажется, занервничала. Быть может, она была обеспокоена тем, что Папа и я будем иметь слишком много общего. Ее автоматическая реакция состояла в предъявлении немного замаскированной жалобы на него. Если она сумеет как-то его дискредитировать, это может уменьшить шансы на то, что ему удастся меня обольстить. Хотя ее обеспокоенность и заслуживала внимания, я еще не был готов оказаться под перекрестным огнем на таком раннем этапе работы.

***

Мама (М): Он просто не может не носить эти дурацкие комбинезоны. Я сказала ему: "Ты думаешь, прилично одевать комбинезон на такого рода встречи?"

Этот комбинезон полгода лежал у него ненадеванным. Он даже не примерил его. А тут мне было приказано его укоротить. Ну что ж, я его подшила вчера вечером по старому комбинезону.

К: Меня часто посещает чувство, уже давно, с самого детства, что вот-вот что-то обязательно сломается - трактор, сенокосилка или что-нибудь еще...

М: Да.

К: ...мой отец вот-вот должен войти в дом, чтобы взять ключи от машины. И мама говорит: "Ты собираешься в город? Может, переоденешься?" Отец же отвечает: "Не понимаю, почему комбинезон не подойдет?". Мне кажется, это были едва ли не самые серьезные споры, которые когда-либо вели мои родители.

М: Правда?

К: У меня такое чувство, что я все еще ношу это в себе. Я покупаю приличный костюм и делаю его похожим на комбинезон за три дня.

(Смех)

Таким образом, я и сейчас как бы все еще спорю с моей матерью по поводу того, как я ношу хорошую одежду.

Это была моя бессознательная реакция на усилия Мамы “соблазнить” меня, стать на ее точку зрения против Папы. Она хотела бы, чтобы я соглашался с ней в том, что Папе нельзя доверять. Хотя она говорит о комбинезоне, истинный смысл понятен: она хотела бы представить себя как совершенно не ответственную за борьбу между ними.

Мы сейчас завершили один цикл процесса, который будет повторяться в течение всего курса терапии. В эти первые моменты беседы я продвинулся в направлениях как сближения с ними, так и отделения от них. Такая свобода продвижения внутрь системы и выхода из нее представляет собой одну из основных задач как терапии, так и жизни вообще. Мы одновременно стремимся к более глубокой сопринадлежности к кому-то и к отдалению от них же. Когда мы говорим о жизни, то всегда ведем речь о взаимоотношениях, так как мы не существуем в изоляции. В эмоциональную жизнь человека всегда включены другие.

***

Вопр.: Хорошо, Карл, у меня сразу же есть несколько вопросов по этому фрагменту. Чего вы хотели достичь таким началом? Особенно предупреждая их, что будете цепляться? Означает ли это вашу заботу о них или что-то в подобном же роде?

Карл: Конечно же, я не забочусь о них в обычном смысле этого слова, я просто встречаюсь с ними. Как человек я, разумеется, надеюсь заботиться о них, любить их, так как было бы очень одиноко просто сидеть там и беседовать с чужими людьми. Но как профессионал я хочу, чтобы у них не было сомнений в том, что я не просто притворяюсь хозяином. Я как любой хирург. Мне важно избавить от болезни, а не препятствовать пролитию крови. Они должны знать, что будет больно, и должны подготовиться. Так же, как зубной врач скажет: "Будет больно" - до того, как засунет иголку в ваш зуб.

Я называю это Сражением за Инициативу. Такая позиция заставляет их быть инициативными в собственной жизни, создает уверенность в том, что проблема, с которой они пришли, останется с ними, но при этом не станут падать духом и ожидать, что я буду управлять их миром.

Вопр.: Но они пришли к вам за помощью в преодолении своей тревоги. Вот за чем они пришли! А вы говорите, что не будете с этим иметь дела.

Карл: Правильно! Я действительно не хочу освобождать их от тревоги. Я хочу, чтобы эта тревога стала силой, которая приводит в движение. Мой же вклад может заключаться в том, что я попытаюсь сделать их тревогу более продуктивной.

Вопр.: Ближе к концу этого фрагмента вы начали говорить о коровах и о том, что вы тоже выросли на ферме. К чему все это?

Карл: Это то, что Минухин назвал "присоединением"....

...Я не думаю, что, основываясь на таком явлении, как "перенос", можно сделать терапию эффективной. Мне представляется, что ребенок любит мать потому, что она кормит грудью, а не наоборот: у матери появляется молоко, потому что ее любит ребенок.

Я думаю, что терапевту нужно, чтобы боль пациента была переведена в его внутренний план (интернализирована), что и дает ему возможность идентифицироваться с пациентом, сопереживать ему. Однако врач должен быть очень осторожным и не дать боли полностью себя захватить, не быть простачком.

Поиски отца

Уже на первой сессии я обычно окунаю семью в их собственную историю. Это не только та история, которая создает проблему, с которой приходит семья. Скорее наоборот: я ищу нечто характеризующее семью как целое. Рисуя целостную картину семьи, я даю понять, что рассматриваю их сквозь различного рода линзы. Я говорю им , что все они мне интересны и что я не приемлю возведение добровольной жертвенности в добродетель.

Такого рода история семьи дает более щедрую почву для действия. При этом открываются основные источники семейной боли. Шаблоны поведения в трех поколениях попадают в фокус внимания терапевта. Мифология семьи, включающая такие вопросы, как смерть, болезни, ярость, разводы, - выходит на поверхность. Это расширяет семейную перспективу и обеспечивает возможность обращения к эмоционально нагруженным темам наиболее безболезненным способом. Семью сразу же понуждают к взаимодействию друг с другом на личностном уровне. Так как это была наша первая встреча, скрытые “паранойяльные” тенденции еще пока не развивались. Такие тенденции, как правило, развиваются тогда, когда что-то выступает на первый план раньше положенного времени.

Обычно я начинаю с отца. В нашей культуре фигура отца - это, как правило, фигура родителя, находящегося на периферии. Поэтому я его включаю в беседу немедленно.

Это представляет собой не столько дань уважения "главе дома", сколько вызов его позиции “быть никем” в семье. Мне часто приходится встречать отца, больше похожего не на собственно члена семьи, а на соседа. Он приходит в дом удовлетворять свои потребности в еде и сексе, но домашние не рассматривают его как близкого человека. Бросать вызов этой псевдопозиции очень важно для создания атмосферы единства в семье. Трудно прийти к семейной общности, если отец физически присутствует в семье, но эмоционально отсутствует.

Вводя Папу в центр обсуждений семейных проблем, я даю семье надежду на то, что жизнь может действительно измениться.

К: Папа, не могли бы вы рассказать о семье. Не о том, кто ее составляет, а скорее о том, как она функционирует.

П: На ферме сейчас очень непросто. Многое врывается извне, создается атмосфера соревнования. Тот, кто застревает на ферме и вынужден там возиться, не всегда наслаждается жизнью. Ты хочешь, чтобы дело как-то шло, ты негодуешь - одни мелочи тянутся за другими, и настроение не всегда бывает самое прекрасное. А они приезжают только для того, чтобы нанести визит.

Отцам обычно очень трудно отвечать на такого рода вопросы. Хотя ответ Папы был неопределенным, он не казался уклончивым. Папа правильно определяет зоны напряженности и показывает, что осознает свою неудовлетворенность.

Когда Папа продолжил свое описание семьи, он сказал, кому из детей сколько лет. Обсуждая Марлу, самую юную, он начал с фразы: "Вот "бэби-малютка". Быть может, из-за того, что это представление оказалось более личностным, чем другие, я, обращаясь к Марле, прокомментировал его следующим образом.

К: Отсюда ты не выглядишь малюткой. Сейчас тебя можно назвать скорее "бэби-красоткой”.

П: Да, я согласен с вами, она действительно красотка.

К: Да нет же, я не хотел бы так ее называть в вашем присутствии. Ведь нужно быть осторожным, когда старик-папаша поблизости - сами знаете...

П: Согласен.

(Смех)

Это было не что иное, как апробирование подводных течений сексуальности, которые я чувствовал, но еще точно не идентифицировал.

Через несколько минут Папино описание семьи возобновилось. Заметьте, что здесь возникла необходимость обратиться прямо к Маме. Ей стало некомфортно от того, что так много внимания было уделено Папе. Ей, как эмоциональному центру семьи, трудно было трудно смириться с тем, что он так много внес в нашу беседу.

К: Папа, не могли бы вы рассказать об истории семьи?

Мама, не разрешите ли вы мне поговорить сначала с Папой, чтобы с самого начала стало ясно, что он обо всем этом думает?

М: Хорошо.

Хотя этот комментарий может показаться вполне случайным, у него есть ясно выраженная цель. Я даю знать Маме, что я не забыл о ней. Кроме того, я хочу ей сказать, чтобы она не вмешивалась в мою беседу с ее супругом.

Папа продолжает рассказывать о межличностной динамике между пятью детьми, а также подчеркивает четкое разделение труда в семье между супругами. Отсутствие настоящего единства между родителями в воспитании детей было достаточно очевидно. Он даже заметил, что их непоследовательность часто ставит детей в тупик.

Перспектива сдвигается: создаем настрой на взаимодействие

Когда мы обратились к обсуждению истории семьи, напряжение усилилось. То, о чем сейчас пойдет речь - сведения об истории семьи - проясняет многое из сегодняшних взаимоотношений между супругами. Как только мы вышли на этот ракурс, я стал спрашивать Папу о его родителях.

К: (о его отце) ... Он тоже умер?
П: Да.
К: Когда он умер?
П: В 1972 году.
К: Что случилось?
П: Ему было 89 лет. Дряхлость, преклонный возраст. Он неплохо прожил жизнь.
К: Ваш папа тоже был фермером?
П: Да.
К: Отчего умерла мама?
П: Она умерла в 62 года от воспаления легких. Можно было бы избежать этого, если бы мы узнали, чем она больна, немного раньше.
К: А как папа? Женился ли он опять?
П: Нет.
К. Сколько у вас братьев и сестер?
П: Никого.
К: Вы были единственным ребенком? Тогда не удивительно, что вас избаловали.
М: Вот именно.
К: Может быть, здесь и зарыта собака, а?

Когда стала *разворачиваться семейная история, этот ответ неожиданно захватил мое внимание. Возможно, он показался нетипичным для фермерской семьи. Моя реакция была бездумной в том плане, что у нее не было ясной цели, но она была вполне уместна для того, чтобы представить мои внутренние ассоциации по поводу сказанного.*

Способность воспринимать и использовать подобные ассоциации является центральной в моей работе. Мысль назвать Папу избалованным на основании того факта, что он был единственным ребенком в семье, была автоматической реакцией, а не планируемой интервенцией.

Дать знать другим о возникших у меня ассоциациях было важно еще и потому, что они вызвали реакцию со стороны Мамы. Можно было предположить, что она видит себя в качестве невинной жертвы Папиной нечуткости.

М: Конечно, для его хорошего воспитания нужна была бы сестра приблизительно такого же возраста. Его мать, Молли, однажды шла по молочной ферме, поскользнулась, и у нее случился выкидыш на восьмом месяце.

Дорис (Дор): Ребенок был бы старше или младше него?

М: Она была бы младшей. Для него это было бы совсем неплохо, она бы говорила ему: "Уйди отсюда! Не делай того, не делай этого!". Братья и сестры могут говорить друг другу то, что считают нужным. Друзья же часто опасаются быть такими открытыми.

К: А по отношению к женам это тоже справедливо? Или вы для него хорошая сестра?

М: Может быть. Может быть, даже слишком хорошая “сестра”.

К: Почему бы вам не преодолеть это?

Пытаясь сподвигнуть Маму к более непосредственному поведению, я сделал обсуждение более личностно окрашенным.

М: Не знаю, мне трудно.

К: Да вы просто простушка... Это для вас естественно?

М: Что? Что вы сказали?

К: Можно ли вас назвать прирожденной простушкой?

Для того, чтобы освободить Маму от роли жертвы невнимательности мужа, которую она сама для себя выбрала, я приклеил ей ярлык "простушки". Могу предположить, что принимать этот ярлык было весьма неразумно с ее стороны. Сейчас картина может быть более разнообразной, чем просто "нерадивый супруг". Мама оказалась подходящим "кусочком головоломки", сформировав полную картину супружеской взаимности.

М: Может быть, это так и есть. Да, я часто на него сержусь, а он просто уходит на участок, и я не могу его найти. Я сержусь на него за то, что он не хочет поругаться по делу и выяснить наконец, что к чему. Он просто уходит!

Здесь Мама показывает, что она понимает: ее подход не работает. Она продолжает давать неэффективные ответы. Она утверждает, что хочет изменений, но чувствует себя беспомощной, так как ее муж не желает кооперироваться с ней.

К: Почему бы вам в таком случае не вооружиться луком со стрелами или чем-нибудь в этом роде для охоты на него?

Дор: Взять трактор.

К: Или ружье, заряженное солью. Когда я был маленьким, мои родители тоже говорили о таких вещах.

Для того чтобы противостоять ее продолжающейся беспомощности, я решил усилить ситуацию. Я пытаюсь призвать ее к действию более настойчиво, предлагая использовать лук и стрелы. Моя надежда при этом состоит в том, что это поможет ей понять, что существует множество путей выхода из ситуации, в которой

она оказалась. И еще я говорю, что не буду заключать с ней сделку по превращению ее в жертву. Я предлагаю помощь довольно забавным способом.

***

Вопр.: Карл, чего вы пытаетесь здесь достичь? Почему Вы так быстро обозвали Папу избалованным, а маму простушкой? Чего вы добивались?

Карл: Это не было слишком быстро. Я утвердил Папу в его стиле жизни, узнав кое-что о его отце, матери и неродившейся сестре. Я узнал, что он был единственным ребенком в семье, и сказал, что думаю по поводу единственных детей: они обычно женятся на тех, кто их, как в детстве, будет баловать. Втянув Маму в это обсуждение, я только потом обвинил ее в том, что она "простушка". Поступая таким образом, я так построил их систему взаимодействия, чтобы каждый был жертвой для каждого и каждый доминировал над каждым. Заметьте, я здесь говорю уже о системах, а не об индивидуумах.

Вопр.: Но то, как вы это делаете... вы как бы родили какую-то идею и потом навязали ее им. Не опасно ли это? Я имею в виду то, что вы не используете информацию, полученную собственно в беседе.

Карл: Нет, на это можно взглянуть и по-другому. Получить информацию непосредственно от семьи опасно, потому что им потом придется бороться с вами. Но если вы выдвинули свою собственную идею, то они, по своему усмотрению, могут отбросить ее или позже принять. За это ответственны они, а не вы.

Вопр.: Но не рискованно ли делать так в профессиональном аспекте? Принять огонь на себя, оказаться в центре такой комнаты, как эта? Ведь предполагается, что терапевт прежде всего производит всестороннюю оценку семьи?

Карл: Я так не думаю. Мне кажется, что такое оценивание связано со склонностью к порнографии. Здесь кроется источник нашей собственной патологии и любопытства. Я думаю, лучшее, что можно было бы здесь сделать, это попытаться сформулировать какое-то утверждение и затем позволить им решить, верно ли оно. Такой подход дает им возможность продолжать уважать себя, а не деградировать, ставя вас в позицию сыщика, а самим оказаться в позиции эксгибициониста, любующегося собой.

***

Этот фрагмент указывает на другой важный аспект работы с семьей. Когда я встречаюсь с семьей, я абсолютно уверен в том, что они несут в себе способность бороться и расти. Нет необходимости оценивать и доказывать это применительно к конкретной семье. Действительная проблема состоит здесь во взаимном - моем и их - мужестве. И мы должны смело идти на риск плавания в нейтральных водах.

Данная семья вошла в кабинет терапевта с невысказываемым предположением о том, что именно Папа представляет собой реальную проблему, что все дело в его неразговорчивости и неспособности поддержать других. Это воспринимается как его нежелание включаться во взаимодействие с другими членами семьи, но не как реальное отсутствие взаимовключенности и интимности, что и составляет настоящую проблему данной семьи. Я хотел бы освободить их от этой узкой логики и дать надежду, разработав принципиально иную перспективу. В данном примере ситуация с Мамой представляет собой другую сторону монеты. Для того чтобы изменения действительно начались, ее сила должна быть активизирована. Совмещая концепции "избалованного ре-

бенка" и "простушки", можно посмотреть на их взаимоотношения под новым углом зрения - как на изящно срежиссированный танец, в котором они двигаются совершенно синхронно. Определяя силу как взаимно разделенную, принадлежащую в равной степени двоим, оба способны самостоятельно порождать процесс изменений.

Но дело не только в этом. Не только старые модели должны быть уничтожены и взаимное разделение прав восстановлено, но это должно быть сделано таким путем, который трудно отвергнуть. Предлагая Маме фантастический образ охоты на Папу с помощью лука и стрел, я хотел придать ей силы, убедить ее в том, что существуют возможности, которые она еще могла бы использовать, по крайней мере, попытаться.

В то же время Папа предупрежден о том, что ему следовало бы быть более осторожным. Если Мама действительно начнет воспринимать себя и свои потребности более серьезно, Папа будет вынужден делать то же самое. Метафора о луке и стрелах является замечательным способом сподвигнуть ее рассматривать себя более серьезно, не рискуя тем, что я буду относиться к ней серьезнее, чем она сама.

Тема эмоциональной дистанции между Мамой и Папой продолжала присутствовать в течение всей первой сессии. И Мама, несмотря на свои жалобы, кажется, вполне примирилась с этим положением, считая ответственным за него Папу и рассматривая себя как жертву его безразличия. Так же, как и в предыдущем отрывке, я стараюсь помочь ей “сбросить кожу линейной логики". Я хотел бы подтолкнуть ее в мир, где все взаимосвязано и влияния обоюдны. Эта тема будет постоянно повторяться, так как она была действительно актуальна в их застоявшихся взаимоотношениях. Подобно дилемме о китайских наручниках, для того чтобы выйти из тупика, она должна была избавиться от той позиции, которой так упорно держалась. Она должна увидеть себя как полноправного партнера в их борьбе.

Так же, как и в предыдущем случае, отметьте попытки определить их “танец” как нечто, требующее взаимной кооперации. Это скорее не "один или другой", но "один и другой". Они совместно создали такой стиль жизни, который исключает близость в браке.

К: Сколько времени прошло после женитьбы до того момента, когда вы пришли к мысли, что он любит коров больше, чем вас?

Этим комментарием я пытался предложить им абсурдную метафору, которая запомнится им надолго. Я предлагаю по-новому взглянуть на факты из их жизни. Образ Папы, обнимающего коров, останется с ними и после нашей встречи.

М: Ну... я не знаю. Не помню. Я рожала одного ребенка за другим - было трудно. Я не знаю.

К: Чем он заменил вашу любовь, когда вы начали любить детей больше, чем его? Любовью к деньгам или любовью к коровам?

Определяя параллельный процесс ее неверности, формируем более целостный образ. Я хочу, чтобы они ясно увидели тот путь, по которому идет их брак.

М: Вероятно, любовью к работе.

К: Только к работе, хм?

***

Вопр.: Хорошо, я действительно вижу здесь обоюдность. Я вижу, что они вместе составляют часть общего целого. Но что за сумасшедшие образы: Папы, ухаживающего за коровами, и Мамы, ухаживающей за детьми?

Карл: Они соответствуют опасной ситуации. Если вы говорите что-то настолько безумное, что оно не соответствует их программе мыслительного процесса, и потом оставляете их с созданным вами (не ими!) образом, то они начинают рассматривать его с позиций своей собственной символики до тех пор, пока он не станет чрезвычайно весомой частью их жизни.

Вопр.: Действительно ли фермеры влюбляются в своих коров вместо жен?

Карл: Конечно, у них может быть, например, 60 коров, и они называют по имени каждую.

***

Этот фрагмен показывает всеобщее, разрешенное в нашей культуре разнообразие супружеских "измен". Взаимная неверность Папы, влюбившегося в работу, и Мамы, полностью ушедшей в уход за детьми, очень распространена.

Вскрывая динамику такого рода, я обычно не упускаю возможности наклеить ярлык "измена" эмоциональным предательствам в супружестве. Так как это слово обычно ассоциируется с сексуальной тематикой, я пытаюсь расширить определение - представить это явление как эмоциональную отдачу своего собственного сердца кому-то или чему-то иному, чем ваш партнер. Важно помочь супругам понять, что существует очень много путей отдаления друг от друга. Я хочу, чтобы они как следует осознали то, что значимый вклад в любую сферу деятельности может уводить жизненную энергию из супружества. Убирая из слова "измена" сексуальный оттенок, я надеюсь превратить его в описательное средство, которое станет частью мыслительного процесса семьи в повседневной жизни. Если это принесет успех, то, можно надеяться, изменится уровень их самосознания по отношению к тому, как они будут обращаться друг с другом.

Обычный сценарий такой обоюдной неверности развивается следующим образом. С наступлением более поздних сроков беременности мамы первенцем она все больше и больше связана с ребенком. Она и ребенок становятся единым целым, тогда как отец, независимо от того, в какой степени он включен в ожидание ребенка, оказывается на значительном удалении. После родов любовная связь матери и ребенка продолжается, отец же остается на ее задворках. Чувствуя себя отвергнутым и покинутым, он может искать любви где-нибудь на стороне. Есть риск, что он начнет слишком много сил вкладывать в свою работу, в игру в гольф, в секретаршу. Тот уровень зрелости, который, казалось бы, требовал сосредоточить внимание на семье, отсутствует. Лишь немногие мужчины способны в этой ситуации затаить дыхание и подождать, пока симбиоз "мать-младенец" ослабеет и отец сможет протиснуться между ними.

В течение переходного периода от супружеской пары к семье, партнеры заняты решением важных первоочередных задач развития их взаимоотношений. До тех пор, пока они не добьются успеха в прокладывании путей обратно друг к другу, уже в присутствии ребенка, их брак будет находиться в опасности. Они могут либо развиваться вместе, либо развиваться по отдельности, третьего не дано.

В продолжении предыдущей части интервью возникла интересная дихотомия. Были продемонстрированы сложности, возникающие тогда, когда жена становится матерью собственного мужа.

К: Он действительно помешан на работе? Любит работу и больше ничего?

М: Да.

К: Он не может наслаждаться чем-то другим?

М: О нет, он может! Он может по-настоящему хорошо танцевать.

К: Неужели?

М: Да, он превосходный танцор. Он еще может кататься на роликовых коньках. Рукастый. Его любят женщины. Все женщины любят его.

К: За исключением той, которая вышла за него замуж.

М: Да, это правильно.

(Смех)

К: Вы могли бы поменяться местами с некоторыми из них. Тогда вы сможете его любить, а они - заботиться о нем.

М: Да, вот именно, они не понимают, что значит жить с ним. Я говорю ему: "О, с тобой трудно жить, Папа. Ты такой требовательный".

К: Вы называете его Папой? Мне кажется, в таком случае он должен называть вас Мамой.

М: Он этого не делает.

К: Он не называет вас Мамой? Он просто ждет, что вы будете вести себя по-матерински, не так ли?

Здесь мы прямо обсуждаем тот факт, что внутрисемейные взаимоотношения могут рассматриваться с различных точек зрения. Мы говорим о различиях в позициях мужа и жены или матери по отношению к маленькому мальчику. В то время как обе последние роли могут быть частью реальных взаимоотношений, одна должна доминировать над другой.

Дальше мы обсуждаем, почему семья решила не приглашать на наши встречи бабушку с материнской стороны. Папа больше всех был за то, чтобы пригласить ее, тогда как Мама была активно против.

Следующий фрагмент частично приоткрывает ту сложную динамику, которая присуща этой семье.

К: У меня только что возникла сумасшедшая идея. У вас когда-нибудь возникали сумасшедшие идеи? Теории у меня возникают на кончиках ушей. Итак, теория: она состоит в том, что вы влюбились в мать, а затем женились на дочери. Вы когда-нибудь думали об этом? О том, что он влюбился в вашу мать, а потом женился на вас?

М: Да, потому что им хорошо друг с другом.

(Смех)

Например, когда мы входим в дом, она тут как тут: "О, Джон". Она его сразу же захватывает.

К: Приглашает ли он ее на танцы?

М: Нет.

К: Вы тоже танцуете?

М: Да, но не так хорошо, как...

К: Не так хорошо, как ваша мать, да?

М: Да, у нее очень танцевальные ноги. Она гораздо пластичнее меня.

К: Может быть, именно потому, что именно ваша мать, а не какая-то другая женщина вызывает его симпатию, вы не сбежали от него за все эти годы? Если это так, вы не должны расстраиваться из-за вашей матери.

М: Вы не можете так говорить, мы так близки с ней.

К: Вы имеете в виду, что здесь происходит что-то вроде двоеженства? Он как бы женат на вас обеих?

М: Да, вероятно, это так.

Это очень важно. Теперь ясно, что Папа может быть близок с людьми. Только он и его жена находятся между собой на значительном расстоянии.

Позднее фокус обсуждения сдвинулся к вопросу о прежних подружках Папы. Это дало новую возможность атаковать тенденцию Мамы не рассматривать себя серьезно.

Бросая вызов этому, я пытаюсь помочь ей больше ценить свое личностное начало. Это должно обеспечить поддержку для всей семьи, когда она рискнет перейти на более высокий уровень отношений.

М: Папа все еще вспоминает о своих старых подружках.

К: Они даже сейчас доставляют вам беспокойство?

М: Да, он постоянно ставит их мне в пику.

К: Бывает, что вы беспокоитесь, когда он уходит из дома?

М: Нет.

К: Вы думаете, что он слишком стар для этого, а?

М: Нет, я просто полагаю... Я ему доверяю.

К: Вы ему доверяете? О, Боже! Но это же глупо! Можно ли такое себе вообразить!? Женщина, доверяющая мужчине!

М: Но я доверяю ему потому, что сама не делаю ничего непозволительного.

К: Она все еще простушка.

Дор: Да.

М: Возможно, я и простушка.

К: Представьте себе, доверять мужчине! Любая женщина, доверяющая мужчине, - простушка.

Здесь я пытаюсь поколебать комфортное состояние Мамы по отношению к ее безжизненной точке зрения на свой брак. То, что она называет доверием, может на поверку оказаться отсутствием интереса.

Это было забавно! Это была возможность говорить намеками и в то же время быть прямым. Дразня Маму по поводу ее доверия к Папе, я в то же время бросаю вызов всей семье, чтобы они совершили переоценку своего понимания самого понятия “доверие”.

Папа начинает проявляться

С приближением к концу первой сессии фокус внимания опять сместился к Папе. Теперь обсуждение перешло к вопросу о его несчастности. Он был описан как “сгоревший” на фермерской работе, которая требовала от него огромных усилий.

К: Что Мама может сказать по поводу того, что Папа очень много работал последние 10 лет, и сейчас он как выжатый лимон, совсем выдохся?

М: Что вы имели в виду, когда сказали "выдохся", "как выжатый лимон"?

К: Сыт по горло всей этой работой. Готов к изменениям. Если выразиться более откровенно, полагаю, с этим связано чувство готовности к самоубийству. Вы меня понимаете. Такое чувство, что ты слишком стар, чтобы сделать еще что-то стоящее, и ожидание скорой смерти, которая вот-вот придет и схватит тебя.

М: Не знаю, он всегда имел склонность молоть подобную чепуху. Он болезненно впечатлительный. Когда-то ему нравились похороны. Сейчас ему туда не хочется ходить.

К: Ему больше не нравятся похороны?

М: Нет, ему не нравится туда ходить. Ему хотелось бы куда-нибудь уехать из этих мест, чтобы не ходить на похороны своих друзей.

К: Когда он изменился?

М: Год назад. Он сказал тогда: "Давай уедем в Калифорнию, и нам не придется ходить на все эти похороны".

К: Вы чувствуете себя одиноким, Папа?

П: Да.

Развитие от ощущения себя "сгоревшим" к разговорам об одиночестве очень обнадеживает. Это предполагает, что он в состоянии показывать свои потребности другим.

К: Как вы думаете, сколько вам еще осталось прожить?

П: Да, это хороший вопрос. Что касается меня, то я готов каждый день считать последним.

К: О, неужели?

П: Конечно.

К: Почему?

П: Я прожил хорошую жизнь. Я сделал все, что хотел сделать. Если бы мне пришлось жить сначала, я бы делал то же самое.

К: Вы ведь не можете делать то же самое 10 жизней?

П: Хорошо, а вы бы так могли?

К: Но я не собирался говорить здесь о себе, только о вас.

П: Хорошо, если бы мне пришлось жить опять, я шел бы по тому же пути. У меня нет сожаления - пришлось много поработать, но самое замечательное во всем этом то, что на протяжении своего путешествия я испытывал удовлетворение от сделанного. Работа на хорошей фабрике может принести приличные деньги, но результаты своего труда ты вряд ли сможешь увидеть. На ферме же, если ты настолько удачлив, что собрал хороший урожай, ты без проблем обеспечишь еду и одежду для себя и для семьи. И у тебя не будет ни долгов ни кредитов.

К: У меня возникла забавная мысль. Может, он просто тряпка? Мне кажется, он вот-вот заплачет.

М: Он никогда не плачет. Даже на похоронах своего отца он не плакал. Я тогда вся исплакалась.

Дор: Он плакал в конце.

М: Да, я видела. Самую чуточку.

Дор: Ну, у каждого из нас свои пороги.

К: Мне кажется, он хочет заплакать прямо сейчас. Минуту назад вы чувствовали, что можете заплакать?

П: Да, я это чувствовал... Иногда так случается со мной... Вы знаете, но... Совсем как мой папа. Если бы вы знали, через что ему пришлось пройти. Я рад, что он смог идти, выдержал.

И опять: возможность назвать Папу человеческим существом, а не машиной, очень существнна. И установление того факта, что он может испытывать сильные чувства, является здесь жизненно важным.

По мере того как первая сессия подходила к концу, Папа начал проявляться по-человечески и супружеские взаимоотношения получили такое новое - для данной семьи - определение, как партнерство. Подспудное ощущение протагониста-антагониста было заменено более гибкой моделью. Взаимодействие - вот что выходит на первый план.

2. ЛИЧНОСТЬ ТЕРАПЕВТА: ЛИЧНОСТНАЯ ИНТЕГРИРОВАННОСТЬ И СТРУКТУРА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РОЛИ

Процесс семейной терапии вращается вокруг реальных людей и их взаимоотношений, а отнюдь не вокруг теоретических абстракций и техники взаимопроникновения. Терапевт как человек находится в центре этого процесса. Как метко заметили Бету и Вайтхорн (1975): "Динамика психотерапии лежит в личности терапевта". Теории и методы становятся живыми и приобретают адекватную форму только тогда, когда они проходят через личностный опыт терапевта.

Как люди, занимающиеся терапией, мы понимаем, что следует серьезно рассматривать в профессиональном контексте наш человеческий опыт, наши философские допущения, наши личностные предрассудки. Направляющими наших действий, часто бессознательными, являются имеющиеся у нас представления о человеческой природе, о значении внутрисемейных взаимоотношений для человеческой жизни, о сущности роли терапевта и т.д.

Если в психотерапии действительно происходит настоящая человеческая встреча, она требует, чтобы терапевт, наряду со своей профессиональной ролью, сохранил способность быть личностью. Профессиональный терапевт должен заботиться о том, чтобы включиться в работу с клиентами, сохранив при этом любовь к своему “я”, и противостоять давлению культурной среды, которая как бы требует принесения себя в жертву ради сохранения семьи, с которой он работает. Социум часто предполагает, что вы должны спасти каждую семью, которая случайно забредает в ваш кабинет, - убийственное предположение. Для того чтобы быть спасителем, вам необходимо потребовать себе еще и венец из терниев. Способность к состраданию крайне важна, но профессиональный терапевт не может надеяться по-настоящему помочь - не говоря уж о том, чтобы просто выжить -, если его слишком сильно заносит в альтруизм. В этом смысле стать миссионером - значит принести пользу только каннибалам ... по крайней мере, обеспечить их одним большим пиршеством. Для того чтобы принести пользу семье в состоянии дистресса, терапевт должен ясно видеть то пространство, которое он охватывает в своей деятельности.

Профессиональная роль, которой мы следуем в работе с семьей, красноречиво свидетельствует о нашем собственном личностном опыте, так же как и о нашем представлении о других людях. Основной направляющей в выборе профессиональной позиции для работы с семьей является установка на личностный рост всех индивидуумов, включенных в терапевтический процесс, в том числе и самого терапевта. Может быть, как раз для меня это наиболее важно. Только хорошо осознавая свои собственные потребности роста и желание избежать "сгорания", терапевт может сохранить свою полезность для других. Но это составляет нечто большее, чем превентивную функцию, технику безопасности работы терапевта. Мою способность быть действительно самим собой, быть полным жизненных сил во время встречи, личностно реагировать на происходящее здесь - вот что я могу предложить клиентам. Это требует, чтобы я тоже получал от процесса терапии нечто существенное для себя. В действительности такой вещи, как кристально-чистый альтруизм, просто не существует.

Личностная интегрированность

Я не настолько глуп, чтобы надеяться сказать вам нечто ценное о вашем же личностном опыте. Но разрешите мне поделиться с вами тем, во что я верю - некоторыми из моих предположений и установок, это может оказаться удачным способом передать нечто личное о работе с семьями. Эта "система моей веры", как я бы ее назвал, лежит в основе моей терапевтической работы.

Первое, что вам придется преодолевать - это ваше базисное представление о человеческой природе. Какими вы видите людей? Что побуждает их действовать так, а не иначе? Почему они обращаются друг с другом определенным способом? После более чем 40 лет работы в этом безумном бизнесе под названием "семейная терапия" я в конце концов понял, что не верю в отдельных людей. В действительности такой вещи, как индивидуум, не существует. Мы все - лишь фрагменты семейных систем, плавающие вокруг и пытающиеся как-то прожить эту жизнь, которая сама по себе вместе со всей своей патологией имеет межличностную природу. Фокусировка на интрапсихических процессах, происходящих в конкретном индивиде - не что иное, как упрощение жизни. Имея такие взгляды, я, естественно, в своей профессиональной терапевтической деятельности выбрал работу с семьями, а не с индивидуумами, так как считаю, что именно здесь можно отыскать действительные источники силы и энергии жизни.

Семьи представляют собой отнюдь не хрупкие образования, они крепки и упруги. Мы должны меньше всего волноваться о том, что слишком сильно повлияем на них. Гораздо важнее беспокоиться о нашей неспособности взаимодействовать с ними на более или менее значимом уровне. Семья входит в кабинет терапевта, уже зная, в чем состоит ее проблема, кто ведет себя ненормально и что необходимо сделать, чтобы это ненормальное поведение изменить. Говорят, что Марку Твену принадлежит высказывание: "Даже должность городского пьяницы является выборной".

В реальной драме человеческой жизни семьи сами создают роли, выбирают актеров для их исполнения и направляют ход действия. В каком-то смысле мы похожи на первокурсника кинематографического института, который рекомендует сделать радикальные изменения в любимом сценарии режиссера, завоевавшего премию “Оскара”. Кто будет его слушать?

Когда семья приходит к терапевту, все ее члены хотят, чтобы их личные точки зрения были подтверждены. Хотят они именно этого, но нуждаются как раз в обратном, а именно в том, чтобы увидеть свою семью в обогащенной перспективе, отгородившись от искаженных "хорошо-плохо" противопоставлений, к которым они регрессировали. В действительности же семья нуждается в разрушении своего комфортного состояния и в свободном развитии такого вида тревожности, которая даст им энергию для массированного толчка к росту. Это похоже на высококачественное удобрение. Оно может не очень хорошо пахнуть, но при этом необходимо для оптимального роста. Спросите любого фермера.

Я убежден в том, что семья имеет неограниченный творческий потенциал, и поэтому спокойно подталкиваю ее к развитию, способность к которому заложена внутри семейной системы. Они должны лишь обладать мужеством, чтобы делать необходимые попытки, и моя работа, собственно, и состоит в мобилизации этого мужества. Я должен дать им понять, что конфликты и различия в точках зрения не являются ужасными, непреодолимыми и что единственный способ не оказаться дурачком из пословицы - это начать как-то раскачивать лодку, двигаться, поворачиваться. Но это больше, чем наивная точка зрения о том, что без труда не вытащишь и рыбку из пруда. В семьях на самом деле заботятся друг о друге, совершают эмоциональные вклады друг в друга, нуждаются друг в друге! Не подталкивать из опасения, что это может ухудшить положение, - значит, по существу, решать за семью, что они слишком больны, чтобы заботиться друг о друге, и не способны к развитию. Это очень опасные предположения, отражаю-

щие отнюдь не гуманистическую позицию и, как мне кажется, не соответствующие действительности.

Дело здесь очень хитрое. Несмотря на то, что я должен толкать их к росту, не мое дело говорить им, каким образом они должны расти. Если пытаться навязать им мою модель жизни, это может просто подорвать их ресурсы и возможности. Они должны открыть свою собственную формулу роста, не пытаясь копировать мою. И вообще, весь этот бизнес, направленный на "помощь", просто ужасен! Самонадеянно с моей стороны пытаться "помочь" им, так как это предполагает, что мой способ жить превосходит их способ. Исходя из опыта многих терапевтов, в том числе из моего собственного, я могу утверждать, что у меня нет никаких оснований для такого рода предположений. Если сказать кратко, "помощь не помогает". Терапевту не дано навязать рост семье. Вы не можете сказать им, как стать ближе к реальности, но лишь в состоянии внести свой вклад в процесс личностного взаимодействия, в котором вы вместе с ними участвуете. Если вы научитесь, как входить и как выходить из семейной системы, они уйдут от вас, получив нечто ценное. Они научатся кое-чему касательно процессов отделения от группы и присоединения к ней. Если же вы потеряете себя и не сможете быть одновременно заботливым и жестким, никто это вместо вас не сделает.

Если эту же мысль попытаться выразить по-иному, то нужно сказать, что рост семьи происходит отнюдь не потому, что терапевт что-то делает для них. Действительный рост - это нечто, что семья и терапевт делают друг с другом. Это не семья или терапевт, но семья и терапевт запускают семейный механизм в действие.

В этих рассуждениях есть один необычный элемент: "мы" ничем не отличаемся от "них", мы более похожи, чем отличны от семей, проблемами которых занимаемся. Если это так, то что мы можем такого существенного им предложить? Как мы будем действовать, связанные одеяниями гуру или спасителя? Конечно, роль эксперта или гуру имеет определенную привлекательность, ибо она обманывает нас чувством собственной значимости и тем, что у нас есть мудрость или интеллект дать "им" знать нечто существенное о том, как жить. Это обольщает, но заводит в тупик. В конце концов, сходство наше заключается в том, что все мы смертны и каждый из нас рано или поздно со всей ясностью осознает, что индивидуальная жизнь не продолжается вечно.

Тонкость тут состоит в том, что даже если мы и в состоянии показать нашу хрупкость и уязвимость, семьи, с которыми мы работаем, все равно склонны рассматривать нас как всезнающих. И наша ответственность состоит, в частности, в том, чтобы рассеять эту иллюзию. Мы должны сказать им, что не в силах показать им путь и что для того, чтобы куда-нибудь отправиться они должны сами испачкать руки. Мой любимый прием в этом деле - открыть кое-какие трещины в моих человеческих качествах, заставить их признать некоторые мои ограничения. Стандартный ответ на вопрос, что им делать с их собственной жизнью, таков: "Я не могу знать ничего определенного о вашей ситуации. У меня самого достаточно проблем. Но я буду счастлив попытаться быть полезным в вашей борьбе за жизнь".

Когда вы разделаетесь с иллюзией собственного величия и уже достаточно напрыгаетесь, в порядке самоистребления предлагая себя всем на свете - вот тогда вы действительно готовы подумать о том, что на самом деле означает забота. Для того чтобы быть действительно заботящимся терапевтом - или просто человеком, - нужно действовать очень осторожно. Важно быть одновременно и заботливым и жестким. Чрезмерная заботливость обычно попадает в ловушку "помощи", а чрезмерная жесткость - оказывается садистской. Оба компонента в диаде "заботливость-жесткость" должны гармонировать. Вы можете быть жестким лишь настолько , насколько будете заботливым.

Это похоже на дилемму, с которой сталкиваются все родители. Вы должны поддерживать и поощрять своих детей и в то же время дисциплинировать их. Найти здесь баланс очень трудно и еще труднее сохранить его, не скатываться в какую-либо сторону. Я уже говорил, что вопрос здесь отнюдь не в том, чтобы быть успешным или неуспешным в воспитании детей. Действительный выбор заключается в том, как вы собираетесь быть неуспешным. Будете ли вы слишком строгим или слишком мягким. Слишком контролирующим или слишком гибким. Не имеет значения, как конкретно у вас все это получается, так как неудачи - неотъемлемая часть профессии, и задача находить работающий в каждой ситуации баланс всегда остается актуальной.

Ваше сознательное желание вносить в работу все больше и больше самого себя является катализатором, который может запустить процесс роста семьи, основанный на их собственном опыте. Для семьи может оказаться замечательной школой, если она в конце концов осознает, что ваша забота может быть жесткой и она же может быть нежной. И этот благотворный опыт может многократно усилиться , когда они поймут, что несмотря на вашу заботу о них, вы заботитесь и о себе. О себе - даже в большей мере. И хотя это может быть ударом по остаткам ”бреда гуру”, одновременно ваши клиенты почувствуют облегчение. Это освобождает их от необходимости “беречь” вас, заботиться о вас. Освобожденная от бремени семья получает возможность сфокусироваться на своих собственных потребностях.

И, наконец, мы должны понять, что благодаря интенсивности и глубине переживаний, которые приносит с собой семья, мы, вероятно, можем иметь интенсивную реакцию контрпереноса, намного превосходящую аналогичную реакцию в индивидуальной терапии. Я сейчас представляю это как со-перенос, имея в виду, что это скорее реальный перенос, чем просто реактивный контрперенос. И наоборот, члены семьи, благодаря их физическому присутствию как некоторого единства испытывают более глубокие реакции по отношению друг к другу, чем к терапевту.

Эти предположения или установки, если хотите, действительно исходят из моих представлений о человеческой природе. Человек же в своей повседневной жизни редко имеет дело с теоретическими построениями. Я не верю, что теории, которые мы изучаем, существенно влияют на систему наших жизненных аксиом. В действительности происходит обратное: мы ищем и находим теорию, соответствующую нашим установкам. Когда мы натыкаемся на какую-то понравившуюся нам идею, мы автоматически пропускаем ее через наш внутренний “компьютер”. Если она соответствует той программе, которая заложена в нас, мы заявляем свои права на нее. Если же нет, то мы эту идею отвергаем как ложную или, по крайней мере, бесполезную.

Использование своего “я”

Прежде чем окружить себя доспехами теорий и методик, которые смогли бы обеспечить нашу безопасность, когда нам будет недоставать мужества, жизненно важно заглянуть в собственный мир ценностей и убеждений. Особенно это верно, если исходить из предположения о том, что основным орудием терапевта является он сам.

Иными словами, для того чтобы быть терапевтами, мы должны вновь изобретать колесо. Мы должны бороться с жизнью и сами с собой до тех пор, пока не сможем видеть то, что скрыто от поверхностного наблюдения. Мы должны иметь доступ к нашим собственным импульсам, интуиции и ассоциациям и не терять с ними связи. Только когда вы боретесь сами с собой, вы можете принести в терапевтический кабинет свою личность, а не только униформу терапевта.

Одна из реальных опасностей в нашей области, которая может сделать нас профессионально несостоятельными, - это придание слишком большого значения внешним фактам. Важно понять, что мы отбираем и организуем эти "факты", пропуская их через наши внутренние механизмы. Это позволяет приспособить их к нашей личностной системе убеждений. Помните, я могу видеть вас только через того себя, которого я знаю. Я могу понять вашу семью только сквозь фильтр моей собственной семьи. Поиск моего "я" является центральным в использовании этого "я" в терапевтической работе.

Одним из самых предварительных показателей того, насколько хорошо я способен работать с конкретной семьей, является степень, в которой я в состоянии увидеть себя в ней. Это позволяет сделать некоторый прогноз о том, насколько полно я могу войти в семейную систему, утвердиться в ней. Если я действительно могу увидеть себя в контексте их трудностей, тогда у нас есть шанс. Однако, если они очень отличаются, очень чужды, не свойственны моему миру, у нас будут проблемы. Если наши миры слишком отличаются друг от друга, приглашение ко-терапевта, который не понаслышке знаком с их образом жизни, могло бы иметь неоценимое значение. Сильный культурный диссонанс не препятствует терапии, но вы должны серьезно принимать его во внимание.

Кроме того, если я замечаю, что у меня большие проблемы в работе с данной семьей, хорошо дать им знать об этом. Реплики следующего типа могут вдохнуть жизнь в работу: "Вы знаете, у меня сложности с тем, что я не слышу в ваших высказываниях ничего личностного. Я не могу понять смысла ваших страданий. Если вы станете вести себя более открыто, может быть, я почувствую себя более включенным".

Любая терапия, в конце концов приносящая пользу, включает в себя определенные элементы страдания и борьбы. В то время как семья старается завоевать новую территорию, их собственное жизненное пространство оказывается ненадежным. Для того, чтобы рискнуть отправиться в путешествие, они должны принять идею о том, что боль является скорее не врагом, а компаньоном. И я должен заботиться о них, сопереживать, чтобы помочь им сделать боль переносимой. И если они почувствуют мою заботу, то осмелятся отправиться со мной в путешествие. В другом случае они будут достаточно осторожны и скорее всего отвергнут предложение.

Личностная конфронтация - это обратная сторона личностной заботы. Ты способен любить в той степени, в которой способен ненавидеть. Как однажды сказал Винникотт (1949), "если ты не был ненавидим твоим терапевтом, ты был обманут". Личностная конфронтация представляет собой очень ценный опыт, оживляет всех нас, поэтому я хочу, чтобы "они" оказались лицом к лицу со мной, были мне противопоставлены. Это заставляет кровь течь быстрее. И важен здесь именно опыт, а не результат.

Так же и в браке, где взаимоотношения супругов предполагают заботу как существенную их подструктуру: эти взаимоотношения могут обогатиться и усилиться при помощи конфронтации. Те пары, в которых конфронтационные взаимоотношения отсутствуют, склонны к распаду. Возможно, в терапевтическом процессе этого достичь легче, чем в браке. Мой вклад как терапевта состоит в том, чтобы включиться в реальный опыт семьи, а не пытаться эту семью изменить. Конфронтация больше похожа на интенсивный обмен точками зрения, чем на манипуляцию. Мои усилия направляются на то, чтобы быть честным с ними, давая им свободу решать, что им потом, собственно, делать с этим опытом.

Приведу пример. Посреди первичной беседы с одной семьей сессия стала вялой, скучной, как бы выдохлась, и я поймал себя на том, что думаю о проблемах, связанных с моей парусной шлюпкой. Состоялся следующий обмен репликами:

П: Ну хорошо, о чем мы сейчас будем говорить? Здесь эксперт вы.

Терапевт: Забавно, что вы спрашиваете об этом. А я вот сижу здесь и думаю о своих проблемах с парусной шлюпкой. Соединительные скобы сломались, и я не могу их починить.

(Пауза)

М: Вам тоже скучно, а? Последние 10 минут мне как-то до смерти стало скучно, и я хочу знать, от чего мы скрываемся?

Самое смешное здесь в том, что я даже не осознал тогда, что мне скучно. Когда Мама обозначила это чувство, мне пришлось признать, что она права. Моя автоматическая честность в этой ситуации привела семью опять к вопросу об ответственности, которую они должны взять на себя. И это освободило их от фантазии, что они зависимы от меня и я буду их учить.

Другое мое убеждение состоит в том, что при встрече с семьей любые идеи, мысли, ассоциации, которые приходят мне в голову, принадлежат им в той же мере, что и мне. Эти мои понятия и образы возникли в совместной суперсистеме "терапевт-семья". В таком случае единственный выход из ситуации - поделиться этими ассоциациями с семьей. Конечно, мое осознание возникших образов напрямую связано с тем, насколько я знаю самого себя, насколько я могу настроиться на процессы, происходящие внутри меня.

Вот еще несколько примеров.

"Вы знаете, что легкая улыбка, пробежавшая по вашему лицу, когда вы сказали, что никогда не думали сплетничать о своей жене, вызвала во мне безумную ассоциацию. Она напомнила мне маленького мальчика, которого застали достающим печенье из вазы. Интересно, почему это печенье, извлекаемое тайно, всегда кажется вкуснее?"

"Способ, которым вы двое так тщательно отдаляетесь друг от друга, определенно пугает меня. Я ожидаю, что у вас будет соблазн изменить друг другу. По крайней мере, вы можете себя обманывать какое-то время псевдотеплыми отношениями".

"Вы знаете, то, как ваш маленький мальчик борется с Папой, напомнило мне библейскую историю. У меня возникла странная ассоциация, что вы вырастили маленького Давида, чтобы убить Голиафа".

Ответственность терапевта

Одной из проблем, приносящих больше всего хлопот терапевту, является вопрос о том, как определить ответственность по отношению к семье, с которой терапевт работает. Это бывает очень непросто, так как здесь присутствуют не высказываемые обычно предположения, подрывающие ту профессиональную позицию, которую занимает терапевт. Чем больше терапевт чувствует потребность взять на себя ответственность за клиента, тем меньше он верит в способность клиента быть компетентным. Не стоит убеждать людей в их незрелости, несостоятельности. Например, я долго отказывался от мысли позвонить учителю ребенка и обсудить его поведение. Я не хотел поддерживать представление о том, что родители ребенка глупы. Именно они нуждаются в разговоре с учителем, а не я. Они знают своих детей гораздо лучше меня и любят их гораздо больше.

Моя позиция состоит в том, чтобы быть отзывчивым и чутким по отношению к семье, но не брать на себя ответственность за нее. Я взаимодействую с ними на символическом уровне (его также можно назвать уровнем "как будто", "если бы"), никогда не принимая на себя реальной жизненной роли. Моя цель - быть как можно более отзывчивым не в житейском, а в буквальном, "словарном" смысле слова. Я хочу, чтобы при

встречах происходило собственно человеческое взаимодействие. Но при этом я всеми силами стараюсь отслеживать и присекать любые скрытые попытки с их стороны отказаться от ответственности за свою собственную жизнь. Это, в конце концов, их игра, а не моя. Моя ответственность как раз и состоит в том, чтобы сподвигнуть *их* взять *на себя* полную ответственность за свою жизнь.

Другая область моей ответственности имеет более техническую природу. Принимая во внимание мои конкретные убеждения и верования о природе человека и о том, что влечет за собой его развитие, я должен принять ряд собственно профессиональных решений. На данном этапе моей карьеры я больше фокусируюсь на возможностях оптимального, а не временного развития. Я больше склонен “застрять” на чем-то, двигаться медленнее, но обеспечить реальные изменения. И я должен создать все условия для таких изменений. Временное облегчение и незначительные изменения, которые ничего существенного не принесут, меня сейчас не интересуют.

Такое углубление предполагает присутствие на сессии всей семьи. Я рассматриваю целостный семейный организм как реальный источник силы и влияния. Не принимать его серьезно во внимание - значит создать ситуацию, при которой любой рост может оказаться временным псевдоростом. Более широкая семейная система может прекратить его и вернуть семью в гомеостатический баланс. И именно здесь я должен принять на себя всю ответственность. Это похоже на хирурга, которому для операции нужны те или иные инструменты. Было бы глупо начинать работу без надежды на успех. Присутствие всей семьи - единственный путь, который я знаю, для того, чтобы вызвать достаточный уровень тревожности и мотивации для изменений.

В то время как любая семейная ситуация заслуживает индивидуальной оценки того, в чем именно должен состоять необходимый минимум условий для началаработы. Будьте осторожны, чтобы не принять во внимание слишком мало подобных условий. Лучше совсем не начинать, чем начинать плохо. Я пытаюсь заставить их серьезно смотреть на собственную эмоциональную жизнь. Но императивом здесь является то, чтобы я не рассматривал их более серьезно, чем они сами.

Во всяком случае я должен принять на себя всю ответственность за собственные решения и действия.

Структура профессиональной роли

В дополнение к мириадам личностных факторов, влияющих на процесс терапии, более формализованная профессиональная модель работы также имеет существенное значение. Полученное нами профессиональное обучение, идеи и ценности, которые мы встретили в книгах, курсах и супервизорской практике - все это вносит свой вклад в эту развивающуюся модель. Абстрактно определить эту модель трудно, но она становится чрезвычайно ясной, если на нее посмотреть с точки зрения повседневной клинической практики.

Прежде всего следует обратиться к самому определению понятия "терапевт". Как вы сами определяете вашу профессиональную роль и функции? Что бы вы хотели сделать в процессе вашей работы? Как вы будете реагировать в разнообразных клинических ситуациях? Полностью готовой к употреблению клинической модели, которую вам нужно лишь принять, на самом деле не существует. Идеографические интерпретации чужих идей создают ваш собственный уникальный стиль. Рассмотрим этот вопрос подробнее.

Я пришел к мысли, что роль терапевта сходна с родительской ролью. Точнее, здесь больше от псевдо-родительских функций, так как в работу я вкладываю не всего

себя, как я это делаю в реальной жизни. Мне не хочется приглашать семью, с которой я работаю, к себе в дом, если им негде остановиться. Дома я воспитываю своих собственных детей, и мне не хочется выходить на рынок с каким-то новым видом услуг. Моя включенность в семейную ситуацию лежит в области символического родительства.

Может быть, наилучшим образом эту роль описывает понятие приемного родителя. Чего в терапевте нет - так это неразрывных уз биологического родительства. Хотя он и заботится о них, однако не является членом их семьи. Помимо неприемлемого здесь биологического компонента, даже роль приемного родителя слишком велика. Мой вклад имеет гораздо больше ограничений, чем то, к чему обязывает исполнение роли приемного родителя. Но смотреть на работу семейного терапевта с позиций этой роли вполне возможно. В общем и целом она подходит, хотя ограничения очевидны и не вызывают разногласий. Я предлагаю включить себя в систему, но сохраняю за собой право, при соответствующем моем желании, выйти из нее. Это вовсе не является пожизненным обязательством. Наконец, работа терапевта с семьей имеет и финансовую сторону, предполагает некий обмен деньгами и ресурсами. И ясно, что наше соглашение отнюдь не представляет собой проявление безграничного альтруизма.

Исходя из этой базисной модели, не так уж трудно избежать опасности оказаться втиснутым в роль супруга, любовника, брата. Я действую по отношению к их жизни на мета-уровне. Когда я чувствую, что меня тянут к иной роли, я быстро осуществляю действия по раскрытию этих намерений и отклонению их.

На недавней встрече с зашедшей в тупик семьей на поверхность всплыл следующий вопрос.

Жена: Ну хорошо, доктор, признайтесь, что вы обо всем этом думаете? Вы слышали обо всех наших проблемах и видите, насколько я несчастна. У вас, вероятно, уже есть опыт работы с парами, подобными нашей. Не думаете ли вы, что мне разумнее развестись с ним?

Терапевт: Ну как же я могу об этом судить? К тому же я занят. Я уже женат 47 лет и как-то не готов оставить свою жену и жениться на Вас. Кроме того, я не верю в полигамию.

Мой ответ был направлен на то, чтобы вывести на чистую воду манипулятивные тенденции и подчеркнуть абсурдность ожиданий, что кто-либо кроме самого субъекта будет управлять его жизнью.

Основополагающее понятие "присоединение" также заслуживает более пристального рассмотрения. В то время как более или менее просто быть эмпатичным, сочувствующим и предложить поддержку находящемуся в дистрессе индивиду, при работе с целой семьей ситуация становится гораздо сложнее. Любой комментарий, который вы делаете, воспринимается и отфильтровывается множеством ушей. Движение к проявлению эмпатии по отношению к жене воспринимается ее супругом как недоброжелательность к нему и как принятие точки зрения лишь одной стороны. Дать знать родителям, что воспитывать детей трудно, значит сказать детям, что вы на вражеской стороне. Примеров такого селективного непонимания множество. Решение здесь может состоять в том, чтобы дать им понять, что вы смотрите на семью со своей точки зрения и вам нет никакой выгоды занимать позицию одного из членов семьи против другого или против целой группы. И что ваша задача состоит лишь в том, чтобы подтолкнуть всю семью к росту.

Одним из основных мотивов, из-за которых к нам обращаются как к профессионалам, является честность. Никто не хочет получать фальшивую поддержку. Психоло-

гическая проституция может, конечно, предоставить клиентам какой-то уровень внешнего, неглубокого комфорта, но реальной помощи семье не оказывает. Терапевту необходимо подготовиться к тому, чтобы быть вполне откровенным по отношению к семье, но, вместе с тем, не судить их. Когда вы противостоите семье, не идете на поводу у нее, то делаете это ради собственных убеждений, исходя из вашего ощущения правды, честности, а не из желания заставить семью подчиниться. Мое утверждение: "Не думаю, что Вы были вполне честны" - не тождественно утверждению: "Вы лжец". Я никого не обвиняю и не пытаюсь навязать свою точку зрения, я лишь делюсь своими впечатлениями.

Папа: Мне это не нравится. Мы пришли к вам из-за беспокойства о том, что Джонни совершил еще одну попытку самоубийства. Вы же сейчас пытаетесь убедить нас, что он делает эти безумные вещи для того, чтобы я не убил его мать. Это чудовищно!

Терапевт: Но я лишь хочу быть честным с вами. Держу пари, вам не приходится слышать такое слишком часто. С моей точки зрения семья играет с огнем. Кажется, все ее члены живут под страхом ваших взрывов. Особенно ваша жена. Джонни нашел способ заставить вас обратить внимание на возможные последствия всего этого.

Папа: Это абсурд!

Терапевт: Сожалею об этом. Но моя работа состоит в том, чтобы быть честным с вами. Я не хочу присоединиться к списку тех, кто боится вас и поэтому вам лжет.

Вопрос о конфиденциальности является еще одним компонентом этой ролевой структуры. Я убежден в том, что между членами семьи не может быть конфиденциальности. Моя роль состоит в том, чтобы облегчить их усилия, направленные на развитие. Это вовсе не означает, что я обязан быть "хранилищем" их секретов или тайным членом одной из внутрисемейных группировок. Однако существует цена, которую нужно заплатить за право занять такую позицию. Вы должны бытьготовы к тому, что члены семьи могут скрыть от вас существенную информацию, могут предпочесть скорее ввести вас в заблуждение, чем сообщить действительно значимые сведения о семье. Встреча со всей семьей, как обязательное условие начала работы, уменьшает, конечно, возможности для такого маневрирования. Но вопрос часто выходит на поверхность самыми разными способами. Телефонные звонки, письма, незапланированные визиты отдельных членов семьи очень знакомы всем терапевтам.

К этому необходимо добавить следующее. Для меня весьма информативными оказываются попытки убедить меня войти в тайный сговор с одним из членов семьи против другого. Если быть открытым для такого рода стратегического маневрирования, это может свести на нет ваш потенциал человека, который способен оказать помощь. Например, если вы согласитесь поговорить конфиденциально с мужем и он скажет вам, что у него есть на стороне любовная связь, что вы будете делать при встрече с обоими партнерами? Если вы раскроете тайну жене, вы предадите соглашение о конфиденциальности. Если же вы будете придерживаться условий этого соглашения, окажется, что вы тайно сговариваетесь с мужем против жены. Если жена скажет вам, что муж ее больше не любит, что вы будете делать? Возможность хитроумно открыть само присутствие секрета, не раскрывая его содержания, кажется слишком наигранной, чтобы иметь какую-то ценность в процессе работы терапевта. В действительности здесь важно придерживаться выбранной вами линии поведения. Когда я отвечаю на телефонный звонок, письмо и т.д., моя стратегия состоит в том, чтобы проводить следующую встречу, полностью раскрыв все карты. По крайней мере, это очистит воздух и сохранит наше главное направление движения. Конечно, это также предохраняет меня от неже-

лательных приватных связей с членами семьи и беспокойства о том, что нужно сохранять секрет. Один из моих любимых комиксов изображает терапевта, сидящего в кресле, связанного и с кляпом во рту. Клиент говорит: "Доктор, у меня такая боль. Почему вы мне не поможете?" И хотя иногда это бывает трудно выдержать, не надо предоставлять клиентам веревку и кляп.

Еще я хочу добавить здесь следующее. Я убежден,что тревожность создает энергетический потенциал для изменений, и поэтому не заинтересован до времени снижать напряжение. Делать это было бы антитерапевтично. Разделение секретов имеет некий исповедальный эффект: это уменьшает вину, но, к сожалению, уменьшает и мотивацию к изменениям.

Мое представление о семье состоит в том, что ее члены самыми разнообразными способами связаны друг с другом. Я слабо верю в то, что идеи или информация могут вести к росту. Для того чтобы произошли реальные изменения, семья должна “задействовать” друг друга эмоционально. Они нуждаются в реальном опыте, а не в одних лишь умственных прозрениях. Мой стиль - в подчеркивании роли эмоционального опыта, а не обучения.

Цель терапии - помочь семьям достичь более адаптивного, наполненного уровня существования. Только лишь ослабления симптомов явно недостаточно. Я рассматриваю ремиссию на уровне симптомов как побочный эффект продуктивной терапии, а не как ее самоцель. Фактически бессимптомная жизнь может оказаться на поверку лишь деструктивной иллюзией. Более реалистичная цель - иметь такой тип семейной жизни, который поддерживал бы очередность смены "козлов отпущения"*. В этом случае все члены семьи могут получить нечто существенное из опыта проигрывания разных позиций.

---

* В практике семейной терапии наличие в семье "козла отпущения" может выступать в качестве симптома. - *Прим.научного редактора*.

3. ПРОЦЕСС СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ: СТРАТЕГИЧЕСКИ-АДМИНИСТРАТИВНЫЕ АСПЕКТЫ И СТАДИИ ТЕРАПИИ

Процесс семейной терапии начинается со "свидания вслепую" и заканчивается "опустевшим гнездом" - разлукой с людьми, ставшими вам дорогими. Как и любой процесс общения между людьми, семейная терапия проходит через определенное количество фаз и в этом процессе закономерно возникают свои трудности и проблемы. И хотя многое здесь довольно предсказуемо, результат всегда под вопросом. Ты никогда не можешь на все сто процентов быть уверенным в том, как пойдет процесс, когда в него включится новый человек.

Когда вы поднимаете трубку и слышите незнакомый голос, то каким бы приятным для вас этот голос ни был, вам необходимо составить мнение о незнакомце, находящемся на противоположном конце провода. В дополнение к информации о том, каким образом ваш телефон попал к собеседнику, вы сразу же стараетесь узнать у него побольше об общих знакомых, о том, пересекаются ли в принципе ваши интересы, и только потом начинаете планировать вашу возможную встречу. Например, женщина, следующая хорошо накатанному традиционному сценарию знакомства, сначала тщательно изучит потенциального поклонника и его намерения. Если тот предложит ей встречу поздно вечером в уединенном месте, приличия требуют, чтобы она сделала контрпредложение. Это может быть обед с тремя ее лучшими подругами в многолюдном ресторане или что-нибудь в подобном же роде. Он может принять ее предложение либо отклонить его, но в любом случае она будет уверена в том, что поступила в этих обстоятельствах разумно.

Когда семья впервые обращается к терапевту, он сталкивается с похожей дилеммой. Примете ли вы безоговорочно то, что предложит вам семья? Будете ли идти на уступки по поводу времени проведения встречи? Мое убеждение состоит в том, что в этой ситуации терапевт должен начинать с определения того предложения, которое делается семьей, и только потом он может делать какие-либо адекватные с его точки зрения контрпредложения, имеющие шансы оказаться полезными в дальнейшей работе. Конечно же, контрпредложение желательно делать сразу же, не медля. Вы должны предохранить себя от возможности просто быть задействованным семьей, “взятым на крючок”. Хотя вам нет необходимости диктовать семье вереницу жестких условий, вы нуждаетесь в том, чтобы ваша позиция была сформулирована ясно и определенно. В результате первого телефонного контакта создается двухсторонний установочный процесс, который задает тон всему тому, что происходит впоследствии на встречах терапевта с семьей. Это первоначальное противоборство может быть названо Сражением за Структуру.

Сражение за Структуру

Самым важным для терапевта здесь является то, чтобы он осознал необходимость действовать на основе своей целостности - как личностной, так и профессиональной. Ваша деятельность всегда должна соответствовать вашим убеждениям. Тот, кто обманывает самого себя, вряд ли сможет помочь другим. Сражение За Структуру - это по сути дела ваша борьба с самим собой, а затем предъявление результатов этой

борьбы семье. Но следует иметь в виду, что это не просто техника, но и установление тех минимальных условий, которые нужны вам для начала успешной работы с семьей.

Мама: Здравствуйте, доктор Витакер! Меня зовут миссис Джонсон. Я хочу поговорить с вами о своих проблемах. Мой семейный врач доктор Джонс рекомендовал мне вас.

Карл: Ну что ж, хорошо. Позовите вашего мужа и мы все вместе договоримся о времени.

Мама: Но это совсем не то, чего мне хотелось бы. Знаете ли, он всегда очень занят, и кроме того, не очень склонен говорить о каких-то проблемах.

Карл: По всему видно, что у нас действительно есть проблемы. Знаете, я не работаю с отдельными людьми, я работаю с семьями.

Мама: Ну ладно, в таком случае не могли бы вы встретиться со мной одной только в первый раз. Тогда бы я смогла правильно объяснить вам всю ситуацию.

Карл: Нет, извините, я не в состоянии этого сделать.

Мама: Но я еще даже не сказала ему, что звонила вам. Это может его расстроить.

Карл: Извините.

Мама: Но доктор Джонс сказал, что вы действительно можете мне помочь. Он мне рекомендовал именно вас, а вы сейчас, по сути дела, говорите, что помочь мне не в состоянии.

Карл: Нет, я этого не говорил.

Мама: Значит, вы можете встретиться со мной одной, без мужа?

Карл: Нет, но если вы приведете его, мы сможем встретиться.

Мама: Хорошо, я попробую, но я не могу ничего обещать.

Карл: Отлично, я тоже. Когда вам удастся все организовать, мы сможем встретиться. Между прочим, важно, чтобы вы привели с собой детей.

Мама: Вот это действительно было бы ошибкой! Ведь они не знают, что у нас с Джеком сейчас сложное время, и мы совсем не горим желанием раскрываться перед ними.

Карл: Но я рассматриваю их как очень важных членов семьи. Их присутствие также крайне необходимо.

Мама: Думаю, что не смогу этого сделать.

Карл: Ну что ж, я уважаю ваше право выбора в данной ситуации.

Мама: Означает ли это, что вы согласны встретиться с нами без детей?

Карл: Нет, я этого не говорил.

Мама: Хорошо, хорошо. Когда же у вас свободное время для приема?

Споткнувшись об это препятствие в самом начале, в дальнейшем терапия сможет развиваться в продуктивном русле. Наиболее мучительным открытием, которое я сделал в результате подобной телефонной борьбы, является то, что ее результат имеет большее отношение ко мне, чем к семье. Они чувствуют степень моей убежденности в том, что я говорю, и реагируют в соответствии с этим.

Если вы уверены, что для начала работы вам необходимо получить определенную группировку из членов семьи, вы такую группировку получите, и сделаете вы это не потому, что вам хочется как-то их подразнить или раздосадовать, но для того, чтобы сразу же дать им понять, что особенно для вас важно. До тех пор, пока вы ясно не представляете себе, в чем именно вы убеждены, трудно будет вашу точку зрения адекватно донести до других. Но имейте в виду, излишняя ловкость полезна только для акробатов. Вы можете добиться того, что к вам придут два поколения семьи, три поколения,

при желании вы даже можете добиться четырех. Друзья, подруги, бывшие супруги, любовники придут к вам на прием, если только вы найдете соответствующий подход к семье.

Помню одну встречу, на которой присутствовали прокурор, его жена, бывшая жена и нынешняя любовница, и было дико слушать, как три женщины в течение двух часов обменивались замечаниями по поводу личности бедного прокурора. Не удивительно, что он был рад сбежать оттуда и вновь оказаться в зале суда.

Сражение за Структуру - это период первоначального стратегического поединка с семьей. Мне необходимо сразу же стать в "я - позицию" по отношению к семье. И как только семья начинает воспринимать и усваивать мои условия и ограничения, следует их автоматическая реакция на информацию, которую они получают от меня, - самоорганизоваться и стать в "Мы - позицию" по отношению друг к другу. Хотя формирование такой позиции представляет собой довольно длительный процесс, его первоначальный запуск чрезвычайно важен для работы с семьей. По сути дела, это ступенька в развитии лояльности членов семьи друг к другу, чувства локтя, своеобразного "семейного национализма". Исходно все без исключения семьи уже обладают некоторым запасом такой лояльности, который нуждается лишь в том, чтобы быть востребованным. Чувство семейной идентификации и гордости нет необходимости вновь создавать, его зерна в действительности уже существуют, необходимо только дать им возможность прорасти.

Есть по крайней мере два уровня, которые следует иметь в виду при рассмотрении условий протекания будущего терапевтического процесса. Один из них имеет дело с действительностью, с фактами - кто присутствует на встрече, кого просят говорить первым, что терапевт решает принять в качестве определения проблемы и т.д. Подобного рода решения принимаются всегда (и даже решение не принимать никакого решения тоже, по сути дела, является решением) и заслуживают пристального профессионального внимания. Решения терапевта изменчивы во времени и зависят от его личности. Мои собственные установки относительно этих вопросов выкристаллизовывались достаточно долго, но и они, отражая какие-то внутренние глубинные процессы, не являются очень жесткими. Лишь мои убеждения и ценности, в конечном счете, определяют то, какие условия могут являться предметом обсуждения, а какие - нет.

Устанавливая эти условия, я хочу, чтобы семья включилась в процесс взаимодействия, который в результате должен привести к обмену непосредственным опытом, переживаниями. Для того чтобы процесс терапии действительно задавал семье импульс развития, а не ограничивался лишь образовательным или социальным эффектом, он должен включать в себя настоящий личностный опыт, а не только голое умствование. Обучение само по себе может быть очень полезным, но обычно оно ведет только к более изощренным путям объяснения жизни, а отнюдь не к открытию новых горизонтов в ее реальном проживании.

Другим существенным компонентом принятия условий, в которых будет протекать терапевтический процесс, является способность терапевта серьезно относиться к своим собственным потребностям. Модель профессионального мученика, страдальца здесь вряд ли приемлема. Пренебрежение вашими собственными убеждениями, нормами и потребностями не приводит ни к чему, кроме “сгорания” терапевта. Я убежден в том, что такое “сгорание” является побочным результатом наших неудач в борьбе за собственную целостность и прямо не связано с деятельностью терапевта по отношению к семье. Вашей ошибкой будет решение пытаться сделать то, что с вашей точки зрения соответствует их желаниям.

Обычно я говорю семье: "На самом деле я встречаюсь с вами не для вас. Я здесь для того, чтобы из нашего совместного опыта получить нечто существенное для самого

себя". Другими словами, это означает, что я не хочу по отношению к ним оказаться в роли профессиональной проститутки, и они должны знать, что я останусь центром моего собственного бытия и поэтому им не нужно беспокоиться о моей защите. Повторяю, действительная забота требует некоторой дистанции (заботы о себе) и способности включиться во взаимодействие на личностном уровне. Ваш собственный личностный рост должен оказаться в центре вашего внимания при работе с семьей, в противном случае она сведется к той "помощи", при которой все будет потеряно, несостоятельными окажутся как они, так и вы.

Это замечание также отражает мое убеждение в том, что только если при встречах с семьей я получаю что-то существенное для себя самого, наш совместный опыт будет наполнен жизнью, что, в свою очередь, даст им возможности для собственного роста. Именно этого я и добиваюсь: хочу создать условия, при которых рост будет возможен, однако вполне отдаю себе отчет в том, что не могу силой склонить их к росту или управлять им.

Присоединение к семье

Понятие "присоединение" настолько значимо для нас, что его имеет смысл рассмотреть здесь особо. Присоединение - это процесс развития той минимальной общности с семьей, благодаря которой возникает чувство: дело стоит того, чтобы его продолжать. В то время как мы часто думаем о совместной деятельности с семьей как о чем-то, что терапевт делает для семьи, мне кажется, что правильнее было бы рассматривать ее как нечто, что терапевт делает вместе с семьей. Другими словами, терапевт и семья оказываются вовлеченными в процесс совместного приобретения опыта.

Качество этого опыта зависит от следующих факторов. Прежде всего следует отметить подспудное ощущение, в какой степени объединение желательно. Чувствует ли семья, что у нас есть способность или даже желание узнать и понять их? Можем ли мы по-настоящему слушать? Способны ли мы на подлинную, а не фальшивую реакцию на происходящее во время сессий? Воспринимаем ли мы их как людей, в которых мы хотим что-то вложить? Индивидуальных критериев здесь может быть множество.

Другим фактором является автоматически происходящее присоединение, которое возникает на основе общего происхождения, сходного прошлого опыта, совпадающих ценностей и точек зрения. Подобная общность означает повышенную способность к эмпатии, так как для передачи глубинного личностного опыта нельзя полагаться лишь на слова. Конечно же, этот уровень взаимодействия таит в себе определенную опасность существования "слепых пятен" и сверхидентификации. Когда отец-фермер говорит о своем одиночестве и о любви к коровам, я всегда "знаю", что он имеет в виду, но это знание может вовсе не соответствовать реальности, я могу "вчитать" мой собственный опыт в опыт другого человека.

Работая с семьей, подобной той, которая описывается в данной книге, я должен искать пути отделения от них и сохранения некоторой дистанции. Для этого, например, я могу с отсутствующим видом играть безделушками, делать записи, отвлекая внимание или работать с ко-терапевтом, чтобы при мне всегда было некоторое "мы", к которому я имел бы возможность подключиться, если только пожелаю.

Установление метапозиции

Вначале моя задача состоит в установлении метапозиции по отношению к семье. Я хочу, чтобы они вполне поняли, чего им следует ожидать от меня и что я ожидаю от них. Терапевтическая работа с семьей - это отнюдь не общение между друзьями. Я хочу, чтобы было понятно, что в роли терапевта я как бы принадлежу к более старшему поколению.

Метафора “тренер бейсбольной команды” хорошо описывает мою позицию по отношению к семье и структуру наших будущих взаимоотношений. Мои усилия как тренера направлены не на то, чтобы играть в их команде самому, но чтобы сделать игру команды более эффективной. Если же я позволю соблазнить себя и выступать за них в качестве полевого игрока или капитана команды, то после этого мне уже будет нелегко вернуться к метапозиции тренера. Они тогда вправе ожидать, что я буду действительно играть за них или даже вместо них.

Самой деструктивной при этом окажется такая моя позиция, при которой я не буду много думать о том капитане команды и о тех полевых игроках, которые у них уже есть, но как бы скажу им, что мой жизненный путь лучше их пути. Очень надуманным и ненадежным может оказаться решение, связанное с попыткой убедить их отказаться от развития своих собственных ресурсов и вместо этого приобрести ресурсы моего фирменного образца. Мне кажется, что они вполне обойдутся без такого рода “ценного приобретения” - оно только повредит им.

Собрать всю семью

Необходимость начинать работу со всей семьей логически следует из рассмотренного выше вопроса об установлении метапозиции терапевта по отношению к семье. Так же, как тренеру бейсбольной команды глупо начинать игру до того, как вся команда вышла на поле, существует значительный риск начинать терапию без присутствия ключевых игроков "семейной команды". Отсутствующие члены семьи могут почувствовать себя обойденными, не значимыми для функционирования семьи как целого. Кроме того, обычно получают развитие их вполне понятные паранойяльные мысли: что говорилось в их отсутствие? Семена саботажа скорее всего будут посеяны, если вся семья не будет иметь возможности собраться, и попытки любого отсутствующего члена семьи подорвать способности семьи изменяться с большой вероятностью увенчаются успехом.

Данное правило начинать терапевтическую работу с полной семьей отражает фундаментальное стремление терапевта создать атмосферу единства в семье и подтвердить самоценность каждого ее члена. Это также предохраняет их от саботажа и заставляет капитулировать перед моим убеждением, что пациентом является вся семья, а не отдельные ее представители. Наконец, это уменьшает вероятность того, что я окажусь в позиции излишней деструктивной включенности в семейную систему.

Начало работы с семьей в полном составе может до критических пределов развить уровень их тревожности. Когда все собираются вместе, некому сплетничать за спиной у остальных, никого нельзя обвинить без последствий и никто не сможет отрицать сам факт обсуждения той или иной темы. При таком виде тревожности изменения обычно становятся гораздо более вероятными.

Особенно опасно начинать встречу, если отсутствуют жена-мать или муж-отец. Например, встречаться с семьей без мужа-отца бессмысленно, так как это значит выслушать только одну сторону. Вы встречаетесь с людьми, которые уже вовлечены в те или иные взаимоотношения друг с другом. Поэтому включиться в диаду "муж-жена" автоматически означает создать треугольник, по сути дела вы занимаете место мужа, а

для детей - отца. Согласитесь, это весьма странная позиция для того, кто хочет быть полезным семье, - конечно, за исключением того случая, если у него есть проблемы в своей собственной семье.

Общеизвестно, что невозможно получить представление об организме, разделяя его на части и затем исследуя их по отдельности. По отношению к семье это тоже справедливо: пока вы создаете теоретические конструкции и развиваете гипотезы о целой семье, основываясь на контакте с ее частью, фактор ошибки или искажения, к вашему сожалению, выходит на поверхность и вы начинаете гадать на кофейной гуще. Это напоминает историю о трех слепых, которые пытаются описать слона, прикасаясь только к какой-то одной его части. Различные точки зрения, “обеспечиваемые” хоботом, ухом и ногой, являются глубокими, но... Наиболее разрушительное влияние такого поведения терапевта сказывается непосредственно на межличностных отношениях в семье, препятствует получению ее членами наиболее благоприятного для них терапевтического опыта и вместо сплочения семьи внутри нее формируются различные коалиции, треугольники и группировки.

Начиная с Папы

В начале первой сессии у меня имеются в запасе дополнительные рычаги, на которые я обычно нажимаю. Первую беседу я имею обыкновение начинать, спрашивая отца о том, как семья реально функционирует. Такой подход основан на моем убеждении в том, что мужчины в гораздо меньшей степени включаются в ситуацию и поэтому они менее доступны, чем женщины, - до них труднее достучаться. Если побудить Папу эмоционально ожить и стать реальным человеческим существом, а не абстрактным мужчиной, обитающим по соседству, то это может оказаться неожиданной надеждой для всей семьи. Мне очень хочется, чтобы он сразу же вошел в реальный семейный круг.

К: Итак, Папа, можете ли вы рассказать что-то о семье?

П: Конечно, мы решили обратиться к вам из-за проблем, которые возникли у нас с дочерью. Она слишком часто пропускает школу и этому в конце концов должен быть поставлен предел.

К: Да, ваша жена уже говорила мне об этом немного по телефону. Сейчас же мне было бы интереснее услышать о семье и о том, как она функционирует.

П: Я не совсем понимаю, что вы имеете в виду.

К: Если бы я вас спросил о вашей любимой футбольной команде, вы бы сразу же нашли, что рассказать, - кто играет хорошо и кто халтурит, насколько координированно действуют защитники и вратарь, кто является эмоциональным лидером команды и т.д. Мне кажется, что о вашей семье вы должны знать гораздо больше, чем о любимой футбольной команде.

П: Все-таки я не совсем понимаю, что именно вы хотите услышать.

К: Хорошо, может быть, вы начнете с рассказа о себе? Что вас беспокоит, какие мысли остаются с вами ночью, когда вы засыпаете и просыпаетесь? Чего вы больше всего боитесь? Что-то, с чего можно начать.

Это начало в действительности оказывается гораздо более сложным, чем простая фокусировка на отце, и представляет собой не что иное, как включение в реальный семейный круг и задействование для терапевтического процесса эмоционального аутсайдера, что резко изменяет уже устоявшуюся семейную конфигурацию. Открываются

новые возможности. Маму и любого идентифицированного пациента* я оставляю на потом, так как хочу поговорить с другими членами семьи прежде, чем обратиться к ним и к их проблемам.

Расширение симптоматики

Предшествующий эпизод касается также еще одного раннего терапевтического маневра. Семья обычно приходит к терапевту с проблемой какого-то одного ее члена, и моя точка зрения состоит в том, что это должно рассматриваться лишь как входной билет. Никогда не верьте тому, что это единственная или даже наиболее важная проблема в семье. С самого начала я стремлюсь расширить представление о том, в чем именно состоит их проблема и, собственно, почему они здесь. Это похоже на начало игры в покер, когда для всех игроков очень важно делать ставки.

Некоторые семьи проходят этот этап довольно легко, тогда как другие оказывают яростное сопротивление. На самом деле сопротивляющиеся семьи являются в большей мере напуганными, чем сопротивляющимися. Эта особенность часто оказывается хорошей отправной точкой в терапевтической работе и позволяет терапевту бросить семье вызов.

Недавно семья из трех человек - мать, отец и их шестилетняя дочка пришли на первичный прием с жалобами на школьные фобии их дочки. Мама оказалась весьма тучной дамой, а Папа, очевидно, был преуспевающим бизнесменом и, как казалось с самого начала, карьера для него - основное в жизни. Мои первоначальные попытки расширить предложенный семьей симптом школьных фобий Сары оказались безуспешными. Папа как бы играл роль немого, отбрасывая все личностно-окрашенные ситуации, происходящие вокруг, и отрицал существование любых сложностей в сфере межличностных взаимоотношений. Когда я заговорил о том, что он, вероятно, слишком много внимания уделяет работе, Мама встала на его защиту. Она заметила, что гордится своим мужем и успехами его карьеры. Ему потребовалось лишь несколько лет для того чтобы достичь влиятельного положения в одной из престижных фирм. Да, ему приходится работать по 75 часов в неделю и он часто приходит домой очень поздно, но она рассматривает это как необходимую плату за успех. Свою речь защитника Мама закончила тем, что ее муж является человеком, который не может существовать без динамичной продуктивной работы. Далее имел место следующий обмен мнениями.

К: Вы имеете в виду то, что он полностью потерял интерес к вам?

М: Нет, конечно. У него просто свой собственный, особый вклад в семью. Он зарабатывает деньги, чтобы мы ни в чем не нуждались.

К: За исключением его самого как мужа и отца семейства.

М: Нет, он хороший отец.

К: (обращаясь к дочке) Сара, как ты считаешь, беспокоится ли мама о том, что папа, может быть, целует свою секретаршу? Понимаешь, он так много времени проводит на работе, что не удивительно, если он тоже часто чувствует себя одиноким.

Сара: Папы никогда не бывают одинокими, только мамы бывают, но у мамы есть я, и ей тоже нет никакой необходимости быть одинокой.

К: Я рад, что ты так хорошо заботишься о маме, но я по-прежнему беспокоюсь о папах. Очень трудно заметить, когда они чувствуют себя одинокими.

---

* Идентифицированный пациент - тот, кто с точки зрения семьи нуждается в помощи. - *Прим. переводчика*.

Создав основу для того, чтобы они начали беспокоиться о взаимоотношениях друг с другом, и не вдаваясь в открытое исследование этого вопроса, я продолжил разговор в другом направлении. Естественно, они вернулись к тому, что Сара отказывается ходить в школу, и здесь мы “танцевали” вокруг вопроса о ее преданности Маме и ее желании помочь Маме преодолеть депресссию.

Позже, на той же встрече, я захотел, чтобы Мама имела возможность взглянуть на себя со стороны. Тогда она пожаловалась, что из-за своей тучности не может играть в теннис со своим могущественным мужем.

К: (обращаясь к Папе) Беспокоит ли вас ее вес или же вы просто предпочитаете играть в теннис с другими партнерами?

П: Конечно же, я был бы рад, если бы она хорошо играла, но это просто невозможно. Для нее было бы опасно преодолевать себя и играть при таком большом весе.

К: Итак, вам бы не хотелось думать, что вы по сути дела убиваете ее, вынуждая играть в теннис. Это мне понятно. Однако как вы можете спокойно жить, зная, что она, тем не менее, медленно убивает себя своей полнотой.

Симптоматическая сеть расширилась. На поверхность вышли внебрачные связи, саморазрушительное переедание и червоточина в супружеских взаимоотношениях. И даже если они не согласятся со многими приведенными формулировками, покинуть встречу им придется унося с собой нечто, о чем можно поразмышлять. Мне не нужно их полное согласие. Моя задача заключалась в усложнении их исходно упрощенного и нереалистичного взгляда на ситуацию в семье.

В дополнение к простому расширению количества симптомов я стремился к тому, чтобы их перспектива приобрела межличностный характер. Это произошло, когда отказ Сары посещать школу был связан с необходимостью охранять маму. В центре картинки оказались не индивидуальные причуды или патология, а семья в целом. Включив папу в обсуждение проблемы маминого переедания, я вынудил рассматривать последнее как функцию внутрисемейных взаимоотношений, а не как показатель недостатка силы воли.

Другой аспект этой работы заключается в способности терапевта быть "придирчивым", отражающей две вещи - честность в реакциях на их высказывания и отказ создавать для них тепличную обстановку, прятать от жизненных реалий. Я ответственен за то, чтобы помочь им приобрести более смелый взгляд на самих себя. Сокрытие огорчений и игнорирование проблем ни для кого не представляет ценности. Этим они могут заниматься и дома.

Я стремлюсь к максимальной честности и моя цель состоит в запуске реального взаимодействия, которое не было бы ограничено простым исполнением социальных ролей. Я хочу, чтобы это взаимодействие было более личностным и глубоким. Для того чтобы забота была настоящей, она должна осуществляться честно, открыто и не быть автоматической. В данном контексте моя "придирчивость" является показателем моей способности к заботе.

К этому времени я уже продемонстрировал семье, в каком направлении развиваются мои фантазии. Пришло время для нового этапа терапии, который можно назвать Сражением за Инициативу. На этом этапе важно, чтобы семья заняла более активную позицию. Им необходимо принять на себя больше ответственности за то, что происходит в ходе терапевтического процесса.

Сражение за Инициативу

Когда вы успешно прошли через Сражение за Структуру, установив свою метапозицию и условия для терапии, процесс переходит на новый этап. Сейчас, когда семья буквально капитулировала перед вашими требованиями, есть риск, что они утратят энергию, станут безжизненными, вялыми и предоставят вам решать все за них. На следующем этапе семья должна взять на себя ответственность за то, что происходит в ходе терапии. Подспудно сплошь и рядом имеет место следующая установка: "Ну хорошо, Витакер, ты заставил нас играть по твоим правилам, и если ты уж такой большой профессионал, будь так добр, вылечи нас, сделай так, чтобы у нас все было хорошо". Это очень опасно. Кто-то может сказать, что такое отношение к терапии связано с их нарциссизмом, я же считаю его пугающим и абсурдным.

Следующее начало второй беседы отнюдь не является каким-то необычным.

П: Ну хорошо, о чем мы будем сейчас говорить?

К: Не знаю.

П: Есть ли у вас вопросы, которые вы могли бы нам задать? Хотите ли вы узнать что-нибудь еще?

К: Нет, спасибо, мне вполне комфортно и так.

(Молчание)

М: Считаете ли вы, что мы должны продолжать с того места, на котором остановились в прошлый раз, или же предпочтете перейти к другой теме?

К: Меня устроит любое.

(Молчание)

П: Ладно, но по одному вопросу мне действительно хочется получить от вас совет. В конце концов, мы платим вам за вашу профессиональную деятельность, а не за то, чтобы вы просто здесь сидели.

К: Мне не очень интересно советовать вам, о чем вам важно говорить. Вы знаете себя лучше, чем я. Мой профессионализм говорит мне, что то, что думаю я, не является очень существенным. Существенно, каков будет *ваш* выбор, о чем *вы* будете говорить друг с другом и что вы будете делать друг с другом.

П: Зачем же тогда нам нужны вы?

К: Я не уверен в том, что вы действительно во мне нуждаетесь. Это во-первых, а во-вторых, я здесь для того, чтобы поддержать ваши собственные усилия и внести побольше жизни во взаимоотношения между вами. Я бы совершил ужасную глупость, если бы стал советовать вам, как жить. К тому же, я не считаю свой путь жизни более надежным, чем ваш. Вы должны начать свою собственную игру.

На этом этапе терапии усилия сосредоточиваются вокруг вопроса о том, что они должны сами смело взять контроль над ситуацией, как в терапевтическом процессе, так и в собственной жизни. Инициатива должна исходить от них самих, и они не должны думать, что терапевт сможет что-то решить за них.

Часто этот период окрашивается напряженным и тревожным молчанием. Я образно сравниваю данную ситуацию с состоянием кипящего кофе в кофеварке перед тем, как он просочится оттуда в чашку. Задача здесь вовсе не в том, чтобы терапевт утратил свое “я”, но в том, чтобы семья приобрела свое активное самостоятельное "Мы". Они нуждаются в том, чтобы сцепиться друг с другом. Это, по сути дела, является приглашением ожить и перестать лишь играть роли.

Для семьи может оказаться очень разрушительным желание, чтобы я принимал за них решения, словно дал им "волшебное заклинание" на все случаи жизни. Если они сознательно отдают возможность изменений в мои руки, они подрывают свой соб-

ственный творческий потенциал. Я хочу, чтобы они осознали, что именно они сами - реальные игроки. Я же только их тренер, надеюсь, что компетентный.

Необходимо, чтобы это обучение происходило на основе приобретения какого-то нового опыта, и не представляло собой лишь беспристрастный процесс преподавания каких-то готовых истин.

Эту же идею я передаю им и другим способом - я никогда первым не заговариваю о возможности следующей встречи. Они должны сами сказать об этом. Они должны сообща решить, необходима ли им еще одна встреча. Если они совсем не касаются этого вопроса, я делаю то же самое. Часто я подталкиваю их в противоположном направлении, отказываясь договариваться о времени встречи до тех пор, пока они не пойдут домой и не обсудят этот вопрос там.

Терапевтический альянс

Успешное завершение Сражения за Структуру и Сражения за Инициативу формирует то, что я называю терапевтическим альянсом. Только тогда, когда мы договариваемся о сути наших взаимоотношений и они начинают контролировать ситуацию, - мы готовы идти вперед. Сейчас мы представляем собой функциональную систему высшего ранга.

Формирование терапевтического альянса с семьей - дело очень сложное. В качестве пациента я обозначаю всю семью и не хочу принимать ни тех черных овец, которых они предлагают мне на съедение, ни тех белых рыцарей, которым я должен поклоняться (будьте осторожны: белые рыцари не менее уязвимы, чем черные овцы!), ни даже какую-то семейную субсистему в качестве пациента. Мне даже не хочется принимать в качестве пациентов в обычном смысле этого слова их всех. Я здесь имею дело с семьей как целым, которое превосходит сумму своих частей.

Я способен всегда рассматривать семью как единый многогранный организм, все части которого взаимосвязаны, и именно данное обстоятельство позволяет осуществить союз с ними. И хотя для постороннего наблюдателя это может оказаться далеко не очевидным, мой опыт говорит о том, что семья ощущает, что они интересны мне как единое целое.

Все это развивается в такую фазу терапевтического процесса, когда его стратегические аспекты уходят из центра на периферию. Наша взаимосвязь по своей природе становится более личностной. Когда мы заканчиваем стратегическое противоборство, мы можем вести себя свободно и творчески. Я получаю все больший доступ к моим внутренним образам и ассоциациям и могу быть чутким по отношению к семье, вместо того чтобы быть ответственным за них*.

Когда на этом этапе я делаю что-то личностно окрашенное или, наоборот, отстраняюсь, семья обычно это принимает. Теперь я могу как бы одновременно принадлежать семейной системе и быть вне ее, без каких-либо существенных искажающих влияний на саму систему. Очевидно, что они становятся менее зависимыми и обладают более адекватным ощущением себя. То, что мы все лучше чувствуем себя как “отделяясь”, так и “присодиняясь”, отражает процесс реального роста и является показателем более адаптивной и здоровой системы.

Именно в этот период семья начинает изменяться. Они идут вперед, способны рисковать и при этом не использовать свои проблемы в качестве ограждающего щита.

* В тексте книги удачно сопоставляются английские выражения "responsive to" (чувствительный к) и "responsible for"(ответственный за), с которыми К.Витакер играет, чтобы наглядно показать суть своего подхода к психотерапевтическому процессу.- *Прим. переводчика* .

Каждый шаг, который они делают, является очень важным, и я хочу, чтобы они вполне поняли, что именно они производят эти изменения, а не я. Я же пытаюсь лишь поддержать их движение, не направляя его.

Сейчас мы можем сравнивать наш опыт, делиться им. Мои ассоциации становятся более живыми. Например, когда идет обсуждение с семьей, почему гнев отца приводит к тому, что вся семья незамедлительно становится безжизненной и как бы замирает, мне приходит в голову образ огромной фирменной ступки из магазина кухонной утвари, на которой написано: "Для измельчения людей". Я думаю, что эта штука могла бы делать с папой то же самое, что его гнев сделал только что с вами. Ну что, покупаете?

Это привело к более открытому обсуждению их страхов по отношению к отцу, которому, конечно, не нравилась роль злого великана, но который не знал, как измениться.

Окончание

В ходе своего качественного роста семья использует все больше и больше своих собственных ресурсов. Их уверенность в себе развивается настолько, что теперь они оказываются в состоянии отвергать мой стиль мышления и начинают все более доверять своему. Они уже рассматривают меня просто как человека, со всеми свойственными ему слабостями и недостатками. Они свободны критиковать мои ошибки и глупые идеи. Я для них сейчас, несомненно, личность, а не роль. По сути дела, они становятся терапевтами для самих себя, берут ответственность за свою собственную жизнь.

Несмотря на чувство надвигающейся потери, моя профессиональная обязанность заключается в том, чтобы благословить их на жизнь, расстаться с ними, а уж потом они могут вернуться в мой кабинет опять, как только пожелают. Подобно многим родителям, отправляющим своих детей в колледж, я испытываю чувство потери, но меня утешает мысль о том, что они не уходят от меня с пустыми руками. Результат терапевтического процесса, нашего совместного жизненного опыта будет навсегда вплетен в узор на гобелене их жизни.

Решение уйти должны принять они сами. Ведь это их жизнь. Если все шло хорошо, то они уходят с большим запасом нежности друг к другу и большей свободой в том, чтобы быть самими собой. Когда я чувствую приближение этого этапа, я стараюсь угадать малейшие намеки на то, что они готовы уйти, и когда обнаруживаю их, сразу же говорю об этом. С решением об окончании следует обращаться осторожно. Попытки вмешаться в их решение уйти являются антитерапевтическими. Вы должны уважать то, что с ними происходит.

Опустевшее гнездо

Надпись на кофейной кружке: "Жизнь - сука, а потом ты умрешь", - иногда кажется очень подходящей. Когда семья уходит, с тобой остается чувство потери. Мы сделали вклады друг в друга и сейчас испытываем боль расставания. Хотя здесь имеется и радостная сторона, потеря всегда реальна и остра.

Поскольку это нормальная часть жизни всех терапевтов, мы считаем уместным сделать здесь необходимые предостережения. Профессиональная группа поддержки - наилучший способ уменьшить боль, и если ты принадлежишь такой группе, ты никогда не почувствуешь себя действительно одиноким. Лучше не настаивать на том, чтобы

ваша семья принимала участие в ваших профессиональных заботах. Способность не смешивать ваши профессиональные обязанности и реальную жизнь является чрезвычайно важной.

Некоторые дополнительные вопросы

Установление меню

Одним из самых волнующих моментов первой сессии является то, что она по сути дела представляет собой "свидание вслепую" и ее участники не знают друг друга. Это позволяет вам вести поиски, исследовать ситуацию без риска создать впечатление, что вы все это подготовили заранее. Когда вы зададите установку на рассмотрение тех вопросов, которые имеют самое прямое отношение к реальной жизни, молчаливое согласие всех участников беседы даст вам возможность вернуться к их анализу позднее. Вопросы о склонности к убийству, суицидальных импульсах и т.д. всегда заслуживают упоминания здесь. Когда обсуждение этих первобытных влечений начинает считаться нормой, сами они становятся менее опасными.

И если вы не сможете сделать это на ранних этапах терапии, позднее, при рассмотрении этих вопросов, вы встретитесь с еще большим сопротивлением и разнообразными способами защиты. Например, если вы спрашиваете о суицидальных импульсах мамы на десятой встрече, то она может заподозрить, что вы спрашиваете об этом потому, что заметили нечто угрожающее в ее поведении, а не из-за того известного всем профессионалам факта, что всем людям без исключения присущи такие импульсы.

Как быть с безвыходными положениями

Тупики неизбежны! Периоды, когда вы чувствуете себя застрявшим и не знаете в какую сторону двигаться, являются необходимой составной частью терапевтичекого процесса.

Мой любимый путь продраться через подобные трудности - пригласить на встречу консультанта. При этом я получаю человека, с которым можно солидаризироваться, который обеспечивает бинокулярное видение и пространство для иной профессиональной точки зрения. В дополнение к тому, что консультант помогает мне, он помогает и семье, разрушая их волшебную фантазию о том, что только я, как некая палочка-выручалочка, смогу им помочь. Так как они сейчас яснее видят некоторые из моих сомнений, они начинают понимать, что самоизменения необходимы.

Свежая точка зрения консультанта часто разрушает преграды и помогает снять терапевта "с крючка семьи", если тот на него по неосторожности попался. При этом хорошая встряска иногда оказывается весьма полезной.

4. СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ: СИМВОЛИЧЕСКИЙ ПОДХОД, ОСНОВАННЫЙ НА ЛИЧНОСТНОМ ОПЫТЕ

О символической терапии трудно говорить в несимволическом ключе. Это все равно, что говорить о любви. Вы можете найти слова, отражающие только ее поверхностный уровень. Метафорический язык, открытый поэтами, быть может, составляет единственную надежду на адекватное самовыражение в этой области.

Мне хочется сравнить символическую терапию с инфраструктурой большого города, с теми подземными коммуникациями, которые проходят под улицами и строениями и обеспечивает бесперебойное течение городской жизни над поверхностью земли. И хотя я не вижу всех этих инфраструктур, но, выглядывая, например, утром из окна, я твердо знаю, что под землей проложены газовые трубы, водопровод, телефонные кабели и т.д. И весь этот невидимый подземный мир очень важен для разнообразной жизни города.

Это похоже на то, как я определяю символическую терапию. Наши личностные подземные миры наполнены потоками импульсов и развивающихся символов, и хотя они невидимы, я знаю что они есть независимо от того, интересуюсь я их существованием или нет. Так же, как вода течет по трубам под улицами города, импульсы текут через наше подсознание, и в этом отношении все люди похожи друг на друга — все обладают сходными эмоциональными подструктурами, обеспечивающими течение нашей импульсивной жизни. Существование их несомненно, хотя они часто скрыты от внешнего наблюдения или, по крайней мере, замаскированы.

В этом контексте семейную терапию я могу рассматривать как символическое “родительство” высшего порядка. В конце концов, семья приходит к нам за помощью, они считают, что мы можем помочь им, можем сделать их лучше.

Мы же, со своей стороны, не занимались бы этим сумасшедшим и сомнительным делом, если бы в какой-то мере не были обеспокоены тем же: мы хотим помогать другим, вести их к более полной и счастливой жизни. Мы хотим хоть для кого-то уменьшить страдания в этом мире.

Проблемы начинаются тогда, когда мы, отходя от подобных всеобщих представлений, хотим более конкретно понять, что же мы реально можем сделать. Как именно мы будем способствовать усилиям семьи, направленным на развитие, без опасений, что можем невольно разрушить тот же самый процесс? Имеем ли мы право рассматривать себя как настоящих родителей со всеми обязанностями, сопутствующими данной роли; например, отвечать за то, чтобы наши дети вели себя хорошо, или же наши обязательства менее конкретны? В состоянии ли мы дать семье возможность самостоятельного выбора и действия? Реальный же вопрос заключается в следующем: имеем ли мы право этого не делать?

С моей точки зрения, достаточно очевидно, что терапевт должен занимать метапозицию по отношению к семье. Другими словами, вы должны держать в поле своего внимания всю группу, сохраняя некоторую дистанцию и не соблазнять возможностью взять ситуацию их жизни под свой контроль. Я очень заинтересован в обсуждении с ними их жизни и в реальном опыте ее проживания, происходящем в рамках терапевтического кабинета, но не хочу распространять свое влияние за пределы кабинета и быть центральной фигурой в принятии ими важных жизненных решений. Они должны сохранить контроль над своей собственной жизнью и я ответственен за то, чтобы это так

и было. Я не только не обязан контролировать семью, но должен освободить их от иллюзий, что в действительности буду это делать. Конкретные события их жизни интересны мне не сами по себе, а только потому, что это проявления их эмоциональных подструктур и неких существенных для моей работы регулятивов внутрисемейных взаимоотношений.

Это действительно интересный парадокс! Я вхожу в круг общения с ними, не желая поддаваться соблазну ориентироваться исключительно на реальность. Семью же первоначально интересуют очень конкретные вещи: они хотят, чтобы я представил им решение каких-то конкретных жизненных проблем, обеспечил их волшебной палочкой, которая излечила бы их от всех болезней и т.д. Даже врач, живущий во мне, понимает, как все это нелепо. Часто в ответ на такой запрос я говорю, что моя волшебная палочка сломалась, когда любопытный четырехлетний малыш сорвал с нее звездочку. Никакие волшебные слова, хитроумные ухищрения или тренинги навыков общения не смогут превратить их в группу, постоянно пребывающую в состоянии эйфории. Жизнь действительно представляет собой борьбу и человеческие взаимоотношения, в том числе и внутрисемейные, в эту борьбу тесно включены. Никакой семье не удастся ее избежать.

Но это не безнадежно! Люди могут научиться жить более творчески и быть более близкими друг другу. Их уровень удовлетворенности жизнью и радости может быть повышен. Ключ же здесь лежит в способности переживать происходящие с ними события глубже и разнообразнее. Когда наш опыт переживания расширяется, наша жизнь становится богаче, даже в том случае, когда элементы внешней реальности остаются неизменными.

Несомненно, житейская ситуация тоже иногда меняется, и я, естественно, не против этих изменений. Совсем не против! Просто то, что я делаю с семьей, на самом деле не имеет прямого отношения к конкретным событиям их жизни. Однако, в то время как мы взаимодействуем в мире символов и непосредственного опыта, семья может приобрести для себя из полученного нашего совместного опыта то, что будет способствовать изменениям в их "житье-бытье". Я их не изменяю, но часто перемены в них действительно происходят.

Символический мир

Мы все пропускаем наш непосредственный опыт через относительно небольшое количество психологических построений, свойственных той или иной культуре, но сочетание этих построений, их богатство, или наоборот, бедность, в субъективном мире каждого конкретного индивида всегда уникально. Эскимос способен различать 17 разновидностей снега, а городской житель юга США — лишь один. То, как мы воспринимаем внешний мир, детерминируется нашей внутренней реальностью. Одна и та же симфония может быть воспринята и как одухотворяющая и как невыносимо скучная. Все зависит от уха слушателя.

В терапии, ориентированной на личностный рост, центральное место занимает увеличение значимости непосредственного опыта и расширение жизненных горизонтов. Мы организуем жизнь на основе нашей ограниченной картины мира. И чем богаче и разнообразнее наш внутренний мир, тем большим уровнем свободы и творчества мы обладаем. И если помочь семье расширить разнообразие ее символического мира, семья в целом и отдельные ее члены смогут сделать свою жизнь насыщеннее.

Существует несколько универсальных тем, которые рано или позно начинают обсуждать все люди. Одиночество, гнев, секс, смерть — лишь часть из них. Все мы несем в себе наклонности к убийству, самоубийству, обладаем примитивными сексу-

альными импульсами, и это тесно вплетено в саму ткань человеческого существования. Очень большая часть нашего внутреннего мира связана с этими темами, однако многие его проявления смоделированы нами так, чтобы оставаться в рамках социально приемлемого поведения. Наша культура подавляет выражение примитивных чувств, понуждая контролировать их. Однако, несмотря на социальные предписания, они активно действуют в качестве составной части внутреннего мира индивида и накладывают отпечаток на большинство, а возможно, и на все наши конкретные жизненные проявления. На скрытом от внешнего наблюдателя уровне примитивных импульсов времени не существует: прошлое, настоящее и будущее здесь совмещены.

Мир примитивных импульсов не только всеобъемлющий, но еще еще и многоуровневый. Символы изменяются от абсолютно универсальных до полностью идеографических, сохраняющихся лишь на уровне индивидуальной человеческой психики. Проявления нашей базисной импульсивной жизни едины для всех культур и находят сходное выражение. В качестве примера можно привести сексуальные символы, скрежетание зубами в гневе, отчаянный взгляд одиночества, ужас соприкосновения со смертью — это известно всем без исключения людям. В то же время каждая культура может накладывать свой специфический отпечаток на систему представлений тех, кто к ней принадлежит: существуют сотни вариантов эдипова комплекса, хотя он и универсален для всех культур. Каждое сообщество людей может обладать своим собственным способом выражения дружеских чувств, празднования дней рождения, совершеннолетия, скорби по поводу смерти близких и т.д.

Каждый элемент культурной символики, присущий данному сообществу, находит свое особое воплощение в каждой конкретной семье. Например, универсальный для американской культуры инстинкт выживания, зафиксированный в мифе о человеке, сотворившем самого себя, получает более индивидуальную окраску в интерпретациях конкретных американских семей подобно следующей: "Мы — Смиты, и это значит, что мы никогда не просим милостыню. Свою ношу мы всегда несем сами". Таким образом, в этой семье представлен особый способ выражения универсального американского мифа о выживании в свободном обществе посредством индивидуальных достижений.

В некоторых семьях, с которыми мы работали, этот базисный всеамериканский инстинкт выживания трансформировался в неуправляемую потребность достижений... в установку людей, просто-напросто помешавшихся на работе. Они добиваются успехов за счет потерь в сфере межличностных отношений, в результате чего получают “на выходе” большой счет в банке и опустошенную личную жизнь. Другие могут стремиться к более сбалансированной жизни, но вместе с тем чувствовать себя неполноценными из-за отсутствия каких-либо осязаемых успехов. Разнообразие здесь бесконечно.

Способы, которыми конкретная семья воспроизводит свой символический мир, изменяются во времени, но обычно сохраняют свои существенные компоненты, и один из путей их выявления — взглянуть на межличностные внутрисемейные ритуалы в ситуации, когда семья физически оказывается вместе: что происходит утром, когда все встают и расходятся по своим делам, как они собираются к обеду и ведут себя за столом, как организуют свой отдых — все это может дать существенную информацию о том, как устроен их мир.

Соответствует ли отец принятому в данной культуре образцу сильного человека, а мать — образцу человека заботящегося? Как здесь выражаются и проявляются представления о мужественности и женственности? Есть ли у семьи власть над входящим в нее индивидом и какая именно? Как у них обсуждается проблема “принадлежность-отделение”? Система символических представлений семьи здесь как на ладони, и через ответы на эти вопросы можно адекватно представить себе, что представляет собой данная семья.

Взгляд вовнутрь

В действительности существует только один способ понять сложный мир импульсов и символов, и этот способ заключается в том, чтобы заглянуть внутрь себя. Только тогда, когда вы сможете идентифицировать базисные импульсы внутри себя, вы по-настоящему убедитесь в их существовании. Они становятся реальными только когда вы откроете их в себе, а до этого остаются лишь более или менее изящными теориями, не имеющими для вас ровно никакой ценности. Мне кажется, что это определение работает и в обратном направлении. Если вы не находите символы и импульсы внутри себя, то для практических целей они как бы и не существуют. Например, если вы никогда не открывали в себе наклонностей к убийству, то вряд ли сможете понять, что они на самом деле бывают у "нормальных" людей. Ведь согласно общепринятым социальным нормам каждый, кто верит в существование таких импульсов, по определению может считаться ненормальным.

Мои же ценности прямо противоположны — я считаю, что в проявлениях собственно человеческого, кипящих внутри нас, заложено очень много негативных импульсов и на этом уровне мы все убийцы, все боремся со своими суицидальными наклонностями, все имеем инцестуальные фантазии, и мысль о смерти у всех нас без исключения вызывает ужас. И не замечать этих простых фактов жизни — значит запечатать и не давать проявляться части нашей собственно человеческой сущности.

Осознание вашего собственного мира символов и импульсов — необходимое условие развития способности видеть и понимать такой мир у других, и в той степени, в которой вы можете стать лицом к лицу с этим миром в себе самом, вы сумеете применить эту способность к миру символов и импульсов других людей.

Символический подход, основанный на личностном опыте

Теория символико-экспериентальной* терапии основывается на том факте, что когда мы думаем и говорим о каких-то вещах на одном определенном уровне, живем мы совсем на другой “территории”. Таким образом, символическая терапия сразу же обращается к этой реальности, а не остается в знакомой психологам области аргументации, речи, мышления. Это терапия, в которой вы не имеете дело с информацией как таковой, так как информацией, по сути дела, здесь является вся семья. Это не процесс обучения в собственном смысле слова. В голову приходит старая поговорка: "Тому, что действительно стоит знать, нельзя обучиться". Это и не тренинг социальной адаптации. Символическая терапия состоит из усилий, направленных на взаимодействие с системами представлений, скрытыми за тем, что было сказано, и включает в себя собирание осколков и фрагментов символов, которые вы обнаружили, либо интуитивно ощутили. Каждый из этих кусочков представляет собой совершенно иную область инфраструктуры, которая, подобно подземным коммуникациям большого города, проходит под поверхностью нашей реальной жизни.

---

* От “experiential” — основанный на непосредственном личностном опыте. Хотя этот термин употребляется в профессиональной литературе, мы сочли за лучшее в целом его избежать: слишком легка контаминация с “экспериментальным”. — *Прим.научного редактора*.

Суть этого процесса представляется мне как попытки проникновения в мир гораздо более целостный, чем тот, с которым связано наше житейское мышление — и мышление как таковое. По сути дела, это что-то вроде распространения старых гештальт-паттернов, включающих в себя телесные движения, телесные ощущения и более общий процесс осознания. Я это вижу как часть постепенно развертывающегося эволюционного процесса, уходящего от фрейдовского понимания внутрипсихического к моделям межличностной терапии и картине мира, основанной на идее взаимодействия.

В центре символической терапии лежит представление о том, что в жизни имеется определенное число универсальных вопросов, настолько нагруженных символико-импульсивным содержанием, что мы можем иметь с ними дело лишь в завуалированном, замаскированном виде. На поверхностных уровнях встречаться с ними очень страшно, однако они позволяют проникнуть на глубинные уровни нашей жизни.

Таким образом, символическая терапия направлена на то, чтобы помочь людям чувствовать себя более комфортно при взаимодействии с миром своих символов и импульсов, меньше пугаться их, более полно включать их в свою реальную жизнь. Мира символов и импульсов не надо избегать. Вы не можете от него скрыться!

Единственный честный способ сподвигнуть людей заглянуть в лицо такой страшной на первый взгляд территории — использовать самого себя. Терапевт должен быть готов раскрыть некоторую часть своего собственного символического опыта, обнаружить свои личностные представления и систему верований, намекнуть на существование каких-то своих глубинных инфраструктур. Если вы осмелитесь предъявить семье фрагменты своего символического мира, они уйдут от вас, унося с собой частички вас в себе, и когда столкнутся с этими частичками позднее, то должны будут самостоятельно решить, что с ними делать. Они свободны осуществлять любые переносы, в зависимости о того, какой отзвук это будет находить в них самих.

Семья может соблазниться заглянуть в ваш внутренний мир, когда вы будете говорить о ваших слабостях и о том, что вы отнюдь не являетесь совершенным существом, или же будете демонстрировать свою несвободу, страх или смущение. Этот подход, который я называю образно-зеркальным, задуман для того, чтобы они получили возможность исследовать и даже открыть свою систему убеждений и верований, свою инфраструктуру. Если в личностной перспективе высветить женственность у мужчин, мужские черты у женщин, инфантильность, которую ощущают все взрослые, то это несомненно может привести к личностному росту. Все эти области внутренней жизни, о которых люди обычно вслух не говорят и даже не думают (может быть, потому что они сверхзначимы), должны быть вынесены на поверхность.

Один из самых волнующих аспектов этой работы состоит в открытии, что с развитием терапевтического процесса мы все более и более свободно включаемся в такой символический обмен, который становится опытом, стимулирующим и наш собственный рост. Мне часто кажется, что чем больше я получаю для себя из нашего совместного опыта, тем больше могут получить и они. Результат встречи наших символических миров может быть воистину очень волнующим: мы все становимся пациентами по отношению к данному событию.

Один из классических примеров символической терапии — то, как она обходится с темой смерти. Смерть терапевта, смерть члена семьи, смерть как универсальный общечеловеческий феномен, ее неизбежность... Все мы хотели бы, чтобы время остановилось, хотели бы жить вечно и навсегда сохраниться в памяти будущих поколений. В культурной среде, которая тщательно пытается деперсонализировать смерть, всячески стремится ее завуалировать, опыт мужественного осмысления факта неизбежности смерти может оказаться очень глубоким и существенным. Идея о том, что только осо-

знав факт неизбежности своей собственной смерти, ты можешь стать действительно свободным человеком, очень часто оказывается в личностной перспективе чрезвычайно важной.

То же можно сказать и о темах безумия, суицидов, убийства, секса и т.д. Например, я часто говорю членам семьи: "Если бы вы действительно сошли с ума, то как бы все происходило? Взяли бы ружье, взобрались на башню и тренировались бы в стрельбе по человеческим мишеням? Убежали бы в лес, чтобы стать деревом? Как бы на самом деле выглядело ваше безумие?" Задавая такие вопросы, я поощряю внешнее выражение их внутренней жизни тем способом, который не угрожает разрушениями. Это возможность посмотреть на собственный мир импульсов без страха, что он действительно возьмет над вами верх. Став лицом к лицу со своими импульсами, человек начинает их интегрировать, а не сохранять в изолированном и первозданном виде. Старания изолировать импульсы обычно приводят к их усилению, часто до такой степени, что когда они получают возможность выйти наружу, то имеют больше шансов оказаться неконтролируемыми и взрывоопасными.

Попытки изучения данного вопроса убедили меня, что лучше, если весь символический груз человека не выходит на поверхность внезапно и сразу, проявляется маленькими порциями. Например, если попросить молодую жену поделиться замыслами убить своего мужа, значит очень расстроить ее. Уместнее спросить, не думала ли она когда-нибудь, что пересолить суп — хороший способ отомстить мужу или даже от него избавиться.

Для того чтобы помочь им открыть такие "неизведанные земли", я делюсь своими ассоциациями или же понуждаю проигрывать полярные оппозиции к тем точкам зрения, с которыми они приходят. Например, я могу спросить мужа, утверждающего, что он настолько любит свою жену, что умрет, если та его бросит: "Могли бы вы решиться на убийство, если бы знали, что это единственный способ избавиться от тирании?" А жене, утверждающей, что любит своего мужа настолько, что не решается когда-либо критиковать его, я говорю: "Это абсолютно ошибочно".

В этих примерах я стремился разрушить общепринятую установку на противопоставление любви и ненависти. Мне хочется, чтобы они представляли себе эти чувства как сопряженные. Если у вас есть одно из них, тут же присутствует и другое. Когда искусственное противопоставление этих эмоций устраняется и преодолеваются сложности, возникшие из-за самого обсуждения подобной темы, появляется основа для более интимных, открытых и честных взаимоотношений. Я хочу сподвигнуть их как бы к переезду на совсем новую территорию, на которой их старый уровень жизни и размышлений о ней отнюдь не является достаточным. Испытывая разрушающие влияния со стороны моей системы ценностей, они могут стать свободными, чтобы в еще большей степени ощущать воздействие своего символического мира, приобретая таким образом все больше собственно человеческих качеств.

Часто я пытаюсь расширить симптоматику, с которой приходит семья, распространяя ее на предыдущие поколения — дедов. Другим методом является опробование ее надежности на последующих поколениях — детях. Делая предположение о том, что симптомы проходят сквозь поколения предков и потомков, я хочу помочь им осознать тот богатый символический мир, который имеется в их расширенной семье.

Если сейчас в семье десять детей, я хочу, чтобы все они знали, что решение о размере семьи, которое примет следующее поколение, зависит от качества сегодняшнего семейного опыта проживания. Последующее поколение может стремиться к родительскому рекорду, а может, и наоборот отказываться иметь детей вообще. Моделирование здесь может носить как позитивный, так и негативный характер. Обычно оно

содержит элементы как одного, так и другого. Точно так же и семейные мифы по поводу родительства, супружеской жизни и т.д. очень тесно переплетаются друг с другом.

Поддержка членов семьи в стремлении меньше подавлять друг друга также может способствовать росту. Часто на встречах я придирчив по поводу гибкости ролевого поведения у различных членов семьи. Задавая отцу вопрос, когда в последний раз он чувствовал себя достаточно безопасно, чтобы позволить своему шестилетнему сыну разлить в чашки молоко, или руководить молитвой, или же самому решить, какие телевизионные программы смотреть семье, я ввожу в семейную систему представления об изменениях. Это работает и в обратном направлении: может ли отец стать на время маленьким, болтать, как это делает ребенок, в то время как его 4-5-летние дети будут играть в родителей. Такие ролевые перевертыши могут оказывать освобождающее действие на всех членов семьи.

Замешательство

Один из главных принципов работы с символами — помочь людям расширить сферу своего жизненного опыта, открыть для них более широкую область жизнедеятельности. Для того чтобы разбить установившееся отношение к жизни, обычно требуется поставить под вопрос их актуальную перспективу, нужен опыт "распрограммирования". Один из самых эффективных путей — использовать замешательство. Мне нужно разрушить их простую жизненную перспективу, их уверенность в заведенном порядке вещей. Когда ясность дихотомии "правильно-неправильно" будет подвергнута сомнению, для семьи откроется совершенно новый мир, где не останется места для абсолютной уверенности, но будет достаточно пространства для выбора, ответственности и разнообразия ценностей. Я опять готов принять участие в опыте, который должен их потрясти и удивить до такой степени, чтобы они смогли освободиться от гипнотического влияния тех семей, из которых вышли.

Замешательство представляет собой один из самых эффективных путей символического вскрытия инфраструктуры семьи. Что бы какой-нибудь член семьи ни сказал в данный момент встречи, я должен быть всегда в состоянии так изменить, переопределить и даже исказить его высказывание, чтобы открыть для них новые возможности и обстоятельства для исследования, изучения новых жизненных пространств. В худшем случае они останутся наедине с замешательством, которое, вследствие своей универсальности, нельзя так уж легко отбросить.

Я могу сказать стремящемуся быть ребенком мужу: "Я тоже скучаю по своей мамочке". Даже в том случае, если эта тема не найдет никакого продолжения, мое высказывание может иметь значимый эффект. Причем я не даю здесь ему никакой информации, которую можно было бы опровергнуть, просто оставляю его застрявшим на этом высказывании.

Один из лучших способов привести семью в целебное замешательство — свободно оперировать своими представлениями о человеческой природе и сущности внутрисемейных взаимоотношений. Умышленно сконцентрировавшись на том, что всем семьям присущи какие-то общие черты, вы не будете больше скованы запретами. Вы будете готовы к “танцу” с семьей, если только предположите вслух, что все их стрессы, болезни, вся патология универсальны, что все это можно увидеть в любой семье. Хотя в некоторых семьях что-то может быть и сокрыто, в действительности оно несомненно существует. Способность терапевта основываться на такого рода универсалиях, хотя их существование в конкретной семье далеко не очевидно, очень существенна, так как позволяет оперировать на уровне предположений. В то время как семья остается свя-

занной реальностью, вы проникаете на уровень инфраструктур психической жизни. Несоответствие друг другу ваших уровней оперирования может привести к замешательству, гораздо более полезному для семьи и способствующему ее росту, чем любой компонент традиционной психотерапевтической работы, который легко соотносится с обычно запрограммированным для данной семьи мыслительным процессом. Замешательство составляет суть любого процесса обучения новому и освобождения от усвоенных ранее неадекватных схем, и если не будет замешательства, не будет ни прогресса, ни каких бы то ни было изменений. До тех пор, пока вы не порвете со своими паттернами, вы не сможете выбраться из той же обыденной колеи. Жизнь продолжается, когда привычный образ жизни умирает.

Все работающие с семьями заинтересованы в том, чтобы дать семье импульс такого рода, который имел бы универсальное значение для всех членов семьи, действительно способствовал бы изменениям, а не оказался лишь верчением колес вхолостую, движением без цели. Работа с миром символов важна потому, что этот мир связывает все явления жизни семьи и ее членов и рост в данной специфической области может задавать импульс к развитию всего остального.

Но имейте в виду, что результат появится не сразу. Для развертывания мира символических представлений и его выражения в контексте реальности может понадобиться определенное время. Поскольку мои усилия не направлены к поведенческим изменениям, а предполагают личностный рост, конкретные поведенческие проявления членов семьи могут быть обманчивыми, и я надеюсь, что они смогут найти способ личностного самовыражения и не ограничатся изменениями в поведении.

Для описания происходящего я использую термин "засевание подсознания". Я рассматриваю мой вклад в семью как высевание семян в поле. Если семена достаточно морозоустойчивы, поле достаточно плодородно, а условия созревания нормальны, семена могут прорасти и развиться. Если мои усилия и усилия семьи соответствуют друг другу и наше общение эффективно, семена развиваются хорошо и урожай обещает быть богатым. Если же что-то не складывается, они не развиваются совсем. Однако это будет их урожай, а не мой, и они будут иметь на него все права. Если же мой вклад будет ориентирован на результат, они не смогут почувствовать себя его владельцами.

Другой компонент "засевания подсознания" состоит вот в чем: чтобы “посеять семена”, мне нет нужды вести баталии с ними на уровне сознания. Я скрываюсь на уровне предположений, и это не вызывает вопросов для дискуссий. Поскольку мне не нужно убеждать их в правильности моих интерпретаций, я не соблазняю их и оспаривать мою точку зрения.

Мне нет нужды разыгрывать традиционную козырную карту психотерапевта, наклеивая ярлык "сопротивление" на любое несогласие со мной. Не имея возможности обсуждать, кто же из нас прав, они остаются наедине со своим собственным опытом, на который в данной ситуации не могут не обратить внимания — ведь интеллектуальной дискуссии, которую они считали бы для себя выигранной, здесь просто-напросто не было.

Существует много способов использовать выгоду от замешательства, дезориентации непосредственно на терапевтических встречах. Мой любимый способ — играть со смешением ролей. Я переименовываю образцы общения, которые наблюдаю, предлагая участникам беседы сыграть не свои роли. Например, я говорю маленькому мальчику, ругающему маму за то, что она не держит своего слова: "Давай посмотрим, что бы было, если бы ты стал маминым папой,.... своим собственным дедушкой?.... Что бы ты сделал с ней, чтобы ее исправить?". Или жене, которая подчиняется своему часто выходящему из себя мужу: "Вы знаете, я держу пари — он бывает столь безумным только потому, что вы для него недостаточно хорошая мамочка". Эта игра с ролями, которая

может на первый взгляд показаться глупой, часто оказывается очень существенной, особенно тогда, когда они решат, что пришло время жить по-иному.

Другой путь к достижению этой же цели — предъявить семье цепочку смехотворных "решений", когда они просят дать какой-то определенный ответ по поводу их проблем. Это сталкивает их с потребностью быть ответственными за самих себя, вместо того чтобы относиться ко мне так, как будто у меня есть решение, и я не буду его выпускать из рук до тех пор, пока они хитростью и обманом не отберут его у меня. Использование слов с двойным значением и необычных фраз тоже может оказаться очень существенным. Смешение буквального и контекстуального смыслов также может обнаружить какие-то скрытые основы их взаимоотношений. Например, на первой встрече муж проклинал жену за то, что та не купила ему к Рождеству зажигалку для камина. Он был зол особенно потому, что она купила такую зажигалку брату и отцу, а о нем забыла. Когда она возразила ему, что не очень прилично сейчас говорить ей об этом, я прокомментировал ситуацию следующим образом: "Вы знаете, мне пришла в голову странная идея. Когда вы говорили, у меня упорно возникал образ зажигалки для камина как вещи с сексуальным подтекстом". После этого оба они рассмеялись и со смущенным видом признались, что настоящая причина их посещения — сексуальные проблемы. Оказалось, что на протяжении многих лет жена симулировала оргазм и только недавно дала знать об этом мужу, которому на самом деле нужна зажигалка, но только не для камина.

Я стремлюсь также использовать аффективно нагруженные слова, чтобы привлечь внимание и специально подчеркнуть те или иные вопросы. Временами преувеличение значения тех или иных тем является единственным способом вытащить их на поверхность. Обвинение кого-то во лжи или в бесчестности может оказаться необходимым для того, чтобы спровоцировать ответную реакцию. Спрашивая с улыбкой, где они приобрели столь изысканную привычку избегать проблем, мы можем вызвать цепную реакцию развития семьи.

Дети часто приходят в восторг от моих рассказов о том, что я делал, когда был маленькой девочкой. Они могут наслаждаться сказанной глупостью и нередко дают своим родителям уроки расслабления, очень важные для них. Только те взрослые, которые несут в себе слишком много детскости, рассматривают себя очень серьезно.

Опыт

Я еще не встречал человека, который был бы способен к эмоциональному росту через интеллектуальное обучение: настоящий эмоциональный рост возможен только как результат опыта. Следующий плакат на заднем стекле моей машины будет гласить: "Ничему из того, что действительно нужно узнать, нельзя обучиться". Я считаю, что рекомендации, предложения, все когнитивные вклады, характеризующие процесс обучения, не имеют никакого отношения к личностному росту. Более того, они часто даже затрудняют его.

Понимание и открытие возникают как результаты некоторого непосредственного опыта, а не как его предвестники. Как сказал Кьеркегор: "Мы проживаем наши жизни из настоящего в будущее, а понимаем их в обратном направлении". Если мы выиграем от того, что вновь откроем колесо, то нам необходимо открыть его. Наиболее убедительно это можно показать на примере обучения родительству. До тех пор, пока у меня не появились собственные дети, я, казалось, знал абсолютно все о воспитании детей. Но когда однажды я стал отцом, мое знание разрушилось и начался настоящий процесс обучения — через собственный опыт.

Рост

Один из способов, который помогает мне определить рост семей в процессе терапевтической работы — их возрастающая терпимость к абсурдности жизни. Они обретают способность преодолевать ту боль, которую прежде считали непереносимой. И даже то, что жизнь все еще остается наполненной болью, не мешает им продолжать жить.

Они могут теперь заглянуть в лицо своим страхам и ослабить их мертвую хватку. Говорят, что алкоголики пьют потому, что боятся, что им станет страшно. Но когда вы станете лицом к лицу с обуревающим вас ужасом, вы сможете свободно жить, не стремясь постоянно от него сбежать.

Возможно, самый лучший способ объяснения роста — это мыслить о нем в терминах достижения баланса между отделением и объединением. Рост представляет собой проходящий на протяжении всей человеческой жизни процесс непрерывного стремления к достижению как большего уровня объединения, так и большего уровня отделения. Потоки туда и обратно создают необходимую гибкость в оперировании обеими тенденциями. Чем больше у вас будет смелости , чтобы принадлежать группе, тем больше у вас будет свободы стать независимым от нее. Чем более вы способны к отделению, тем больше у вас свободы в объединении.

5. СТАНОВИМСЯ В ЛИЧНОСТНУЮ ПОЗИЦИЮ: БРОСАЕМ ВЫЗОВ ЖЕСТКОСТИ И ПРОКЛАДЫВАЕМ ДОРОЖКИ

Как только вы завершили первоначальное знакомство и приступаете к формулировке исходной стратегии, природа терапевтического процесса начинает меняться. В то время как первое “свидание” часто бывает окрашено иллюзией быстрого излечения, с которой приходит семья, на следующем перспектива меняется. Вы становитесь для них в реальной личностью, а не плоским образом гуру. На этом этапе я веду развивающуюся суперсистему “терапевт-семья” в направлении большей честности и открытости. Я хочу, чтобы сама эта система тоже была личностно окрашенной.

При этом я реагирую на действия семьи как можно более личностно, и сама беседа тоже, естественно, движется в этом направлении. Однако здесь есть один забавный парадокс. Ничего существенного не происходит, если я сознательно и намеренно стремлюсь реагировать более личностно, чтобы сделать более личностным и их поведение. Забота, идущая “от головы”, от разумного анализа, здесь не работает, она должна проистекать из моей развивающейся способности чувствовать их боль и соответствующим образом относиться к борьбе, которую они ведут. “Стремлюсь реагировать более личностно” - звучит как раз очень надуманно, от головы. Проблема, собственно, заключается в том, чтобы в вас было больше жизни. Если я действительно прочувствовую их настоящую боль и осознаю ее личностный смысл, тогда я подсознательно буду чувствителен к тому, что происходит вокруг. Моя ответственность перед семьей заключается в том, чтобы реагировать на их поведение настолько личностно, насколько смогу. Это отличается от моей ответственности за них или просто от реакций на их поведение. Я не только действую в ответ на их действия, но и даю им представление о моем внутреннем мире. Другими словами, они могут вступать во взаимодействие с моим опытом, а не только ощущать обратную связь на свое поведение.

Например, на каком-то этапе второй сессии я часто делаю следующие замечания:

“Послушайте, ребята, меня беспокоит то, что сейчас здесь происходит. Больше 20 минут я сижу здесь, совсем не ощущая той боли, которую вы испытываете. Мы должны суметь найти выход из этого безобразия, в противном случае, я буду совершенно бесполезен для вас. Я бы хотел, чтобы вы помогли мне почувствовать себя более включенным в вашу ситуацию”.

“О, как страшно! Как вы сейчас посмотрели на вашего мужа! Я убежден в том, что вы действительно можете проткнуть его ножом, если он еще раз осмелится вас ударить. А вы что думаете по этому поводу, Джим? Преодолела ли она в себе качество быть никем?”

“Знаете, Джилл, то, что Лэрри столь бурно прореагировал на ваше высказывание о том, что вы одиноки, заставляет меня думать, что он действительно вас любит. Чувствуете ли вы когда-либо что-то подобное? Быть может, он ощущает себя настолько несостоятельным, что вымещает эту несостоятельность на вас?”

Бросить семье вызов, ведущий к росту

Когда мы встретились на следующее утро, семья уже восстановила свое самообладание. Вместе с тем новый день принес некоторый привкус эксперимента и неопределенности. Как нам удастся начать беседу? Кто возьмет на себя лидерство? Каковы наши ожидания? Этот период является очень важным. Существенно, чтобы именно они взяли на себя ответственность за встречу со мной. Если я сам предложу им тему для обсуждения, чтобы уменьшить напряжение, то это уведет их от важного опыта принятия на себя ответственности за свою собственную жизнь.

Через несколько минут Ванесса нарушила молчание и предложила поговорить о том, что ее родители пытаются поставить собственных детей в родительскую позицию по отношению к себе. Хоть начало было и медленным, усилия с их стороны предпринимались значительные. Ниточка разговора стала раскручиваться вокруг просьбы Мамы к Марле помочь ей решить, какую одежду взять с собой на три дня общения с терапевтом. Потом она сказала, что забыла свою ночную рубашку и пижаму своего мужа, и как только она произнесла эти слова, у меня в голове возник визуальный образ обнаженных Мамы и Папы, роющихся в чемоданах.

Разговор о ночной рубашке и мои ассоциации по этому поводу оказались достаточными для того, чтобы я приклеился к сексуальному подтексту данной ситуации. В довольно издевательской манере я прямо перевел разговор на тему сексуальности с намерением сделать открытыми скрытые намеки, что дало возможность более четко сфокусироваться на этом эмоционально нагруженном вопросе.

Ванесса (Ван): Марла сказала сегодня утром, что ты хотела... что ты складывала вещи в чемодан и хотела узнать, какую одежду взять. Ты спрашивала Марлу?

М: Да, я не знала что взять с собой. Во всяком случае, я забыла свою ночную рубашку и не взяла его пижаму.

К: Вы не взяли его пижаму тоже? Да ребята, у вас будут трудности. Что вы будете делать сегодня ночью? Придется вам потребовать себе отдельные комнаты.

(Смех)

Здесь меня поразил сексуальный подтекст ситуации и моя реплика представляет собой реакцию на это чувство. Я дразню их по поводу желания быть обнаженными вместе и одновременно действовать как бы невинно.

К: Проблемы старшего поколения становятся все более сложными.

М: Конечно, так оно и есть! Ужасно!

Реплика Мамы свидетельствует о том, что здесь как раз и зарыта собака. Ее способность смеяться над собой, выразившаяся в подчеркивании слова "ужасно", по сути дела, является разрешением продолжать обсуждение темы сексуальности.

Ван: Я думаю, что это неизбежно.

К: Очень хорошо, что она призналась в этом перед вами. Сексуальное воспитание вообще получить очень трудно, особенно от собственной матери.

М: Это лишь с одной стороны... Когда я была беременна Марлой, я пыталась кое-что рассказать им о младенцах, не знаю, было ли этого достаточно.

К: Он (Папа), наверное, говорил им, что это происходит так же, как у коров.

М: Я не говорила им такого.

Марла (Мар): Да, коровы и быки.

М: Я рассказывала им больше о родах, а не о том, как нечто оказывается внутри.

Дор: Ты показывала нам какие-то книги.

М: Да, я заказала книги, но они оказались такими сложными, что я не могла даже... Я засунула их куда-то на полку. Но у нас действительно были книги.

К: Если бы у вас возник сексуальный голод, вы могли взять лестницу и добраться к той полке.

(Смех)

Дор: Если очень-очень будешь в этом нуждаться!

К: Во всяком случае в магазине на углу такую литературу всегда можно найти.

(Молчание)

Это резкое неловкое молчание свидетельствовало о том, что их комфорт по отношению к теме сексуальности резко снизился. Здесь им нужно решить, идти дальше или остановиться.

Сконцентрировавшись на теме сексуальности, Ванесса взяла на себя риск более открытого личностного поведения. Это хороший пример того, что я называю "засевать бессознательное". Помогая стать лицом к лицу с сексуальным подтекстом их поведения, я даю им знать, что понимаю, в чем именно состоит реальная проблема. Я хочу лишь приоткрыть ее, но излишне не нажимать, подобно человеку, болезненное любопытство которого удовлетворяется за счет созерцания эротических сцен. Выбор на их стороне.

Ван: Для меня это очень трудная тема.

К: Сексуальное воспитание?

Ван: Да, вообще все, что связано с сексом и любовью. У меня они разделены... Я не знаю. Какая-то двойственность в представлении об этом. С одной стороны, все, что сопряжено с женитьбой и детьми - болезненно, трудно и серьезно. Ты погрязаешь здесь целиком, и я совсем не хочу иметь с этим дело. С другой стороны, сам по себе секс - всегда удовольствие и свежесть, и это значит, что незамужней быть хорошо. Две стороны, совершенно не похожие друг на друга. Когда я начинаю думать о замужестве, у меня возникают самые мрачные предчувствия. Мне трудно найти для себя подходящего партнера и я не знаю, что на самом деле происходит: выбираю ли я неподходящего человека или повторяю раз за разом ту же самую свою проблему. Меня это очень беспокоит.

К: Ты беспокоишься по поводу того, что у тебя никогда не получится сделать это?

(Смех)

Использование двусмысленных высказываний часто приводит к взаимному непониманию, замешательству. Такой комментарий может привести к еще большему развитию свободы и открытости. В этой ситуации вся семья как бы включается в игру на основе моего высказывания "сделать это".

Ван: Да!

К: Хорошо, не кажется ли тебе, что секс может служить препятствием любви? Сейчас в голову мне пришла фантастическая мысль... одна из тех, с которыми я имею дело, когда общаюсь с молодым поколением... И в этом отношении я похож на маму вашей мамы, ощущаю себя очень древним... Это похоже на половой член и влагалище, отправившихся на совместную прогулку, а людей здесь вовсе не видно, и я беспокоюсь о том, что они никогда здесь не появятся.

И опять: возможность оставить их один на один еще с одной зрительной метафорой - половой член и влагалище на свидании - очень привлекательна. Возможно, это приоткроет для них нечто существенное о сексе без любви. Высказывание о том, что я чувствую себя очень древним, отражает мои усилия предотвратить дисквалификации по причине полного непонимания происходящего. Так как я сам объявил себя дураком, им нет нужды это делать специально.

Столь быстрое движение беседы по направлению к сексуальности, на котором всегда лежит печать табу, явилось для меня некоторым сюрпризом. Подобный разговор весьма редко встречается на начальных этапах терапевтического процесса и представляет собой необычный путь для установления открытых терапевтических взаимоотношений. Несмотря на это, я ощутил значимость сексуальной темы в подтексте их разговора друг с другом и приложил усилия к тому, чтобы сделать ее обсуждение открытым. По сути дела, мои усилия представляли собой процесс дешифровки скрытых символов: вспомните, я услышал сексуальную тему в метафорическом обсуждении случая с забытыми ночной рубашкой и пижамой. Хотя сами они могли и не осознавать скрытого содержания этой коммуникации, ее суть для меня была ясна.

Открытость к собственным внутренним ассоциациям занимает центральное место в моей работе. Это путь моего личностного включения в семейную ситуацию. Каждая сессия становится для меня источником реального переживания, настоящего опыта. Я не испорчен представлением о том, что моя цель как терапевта - только помочь им. Мне важно получить нечто существенное и для себя. Если я буду свободен от роли помощника, семья сможет освободиться от позиции "подчиненного" по отношению ко мне. Они смогут обрести мужество, необходимое для исследования их собственной жизни, сохраняя при этом чувство любви к приключениям. Ванесса продемонстрировала такую способность, столь открыто обратившись к тому, что ее волновало в области секса.

Впрочем, это отражает не только ее мужество, но и то, что я рискнул обратиться к этой теме. Новые территории могут быть открыты, когда люди делятся друг с другом тем, что происходит внутри каждого из них.

Когда беседа продолжилась, интересная тройственная динамика между Ванессой и ее родителями вышла на поверхность. Моя помощь заключалась в указании на патологические моменты в ней. Сломав жесткие установки и паттерны, которые здесь образовались, я, надеюсь, обеспечил путь развитию.

П: Ванесса слишком беспокоится о проблемах, которые ее не касаются.

К: Например, таких, как мамин артрит?

П: Да, и еще о том, что я и Гейл не очень хорошо ведем себя дома. Я знаю, что она очень чувствительна. После того как я напишу ей письмо, она всегда звонит. Поэтому я больше не пишу ей писем. Это ее раздражает и она начинает беспокоиться.

М: Я говорю ему: "Не пиши ей совсем, потому что она очень переживает за нас". Он пишет ей о всяких неприятностях, и знаете, это делает ситуацию еще хуже. Я же просто не упоминаю о них.

Ван: Мне все-таки хочется знать, что у вас там происходит, хотя я отдаю себе отчет, что часто выхожу из себя.

М: Да, ты слишком нервничаешь.

Ван: Я хочу быть в курсе происходящего.

К: Вам бы хотелось лучше иметь горькую правду, чем мамину сладкую ложь?

В: Да!

К: Знала ли ты о том, что Мама лжет?

Ван: Лжет? Нет!

Семьи “застревают” и часто не развиваются лишь потому, что избегают настоящих контактов друг с другом и выше был продемонстрирован пример этого. Когда какая-то информация скрывается, можно избежать огорчений, но между людьми увеличивается дистанция. Мои усилия направлены на исследование этого коварного процесса путем наклеивания на него совсем не благожелательного ярлыка. Обзывание Мамы лгуньей выводит этот процесс на поверхность и позволяет произвести его переоценку.

К: Только что она сказала: "Не пиши ей совсем!"

М: Действительно, я это говорила.

Ван: Я чувствовала, что тебе нравится кое о чем умалчивать. А мне не нравится! Знаю, что ты хочешь нас защитить, как бы трудно тебе это ни было.

М: Да, я стараюсь оградить вас от проблем.

К: Это позволяет вам думать, что им все еще четыре или шесть лет?

М: Что вы имеете в виду?

К: Ну... что им еще рано знать какие-то вещи.

М: Да.

Ван: Ты поступаешь именно таким образом. Иногда ты обращаешься с нами как с малышами, которым еще рано знать правду.

Для того чтобы произвести реальные изменения в этом процессе, необходимо прежде всего разоблачить представление о том, что он несет какие-то позитивные функции защиты. Я помогаю им увидеть его как нечто препятствующее росту и инфантилизирующее их. Когда даны столь откровенные определения, семья будет двигаться по направлению к корректировке неблагоприятной ситуации.

"Ложь" - это особенное слово, которому трудно не придать значения, не заметить, игнорировать. Если для определения какого-либо процесса или явления выбрано именно это слово, разговор, который в другом случае быстро забылся бы, будет обязательно отмечен как имеющий большое значение. Атакуя тот процесс взаимодействия между ними, в котором избегается напряженность и вследствие этого снижается близость, интимность, я по сути дела очищаю путь для более открытого и честного общения.

Я не думаю, что оставаясь мягким, я смог бы достичь того же эффекта, так как должен был произойти обмен опытом, а не просто знаниями. Кроме того, мне вовсе неинтересно оказаться пойманным на крючок и усвоить тот стиль, которым оперирует семья, так как они большие мастера преодолевать различного рода кризисы, снижая их значимость. Я бросаю вызов этому умиротворяющему стилю.

Когда встреча продолжилась, они сделали попытку погрузиться в комфортную тему, обсуждая Гейл, отсутствующую дочь. Диалог тут же стал безжизненным, и я бросил вызов этому, пытаясь блокировать попытку избежать нарастающее напряжение. Когда Вы убираете страховочную сетку (разговор об отсутствующем члене семьи), возникает пустота, которую как-то нужно заполнить. Это означает, что присутствующие члены семьи обязательно должны проявить активность, иначе сессия замрет окончательно.

В данном случае я подталкивал Ванессу к тому, чтобы она взяла на себя инициативу и рискнула использовать представившийся шанс. Однако чаще я бываю менее директивным и жду их решений.

К: Давайте “вернемся к нашим баранам”, давайте поговорим о присутствующих и оставим в покое Гейл, пока ее здесь нет. Нехорошо говорить о ней за ее спиной.

(Пауза)

Ван: Хорошо (пауза).... Одна из проблем, которую мне бы хотелось обсудить - это мои взаимоотношения с мужчинами. Я просто отчаялась в попытках найти себе партнера и мне кажется, что это как-то связано с моими взаимоотношениями с папой. Мне очень-очень грустно и я сыта всем этим по горло (она начинает плакать). Я не знаю, смогу ли я встретить кого-то, кто будет меня по-настоящему любить. Я не могу больше этого выносить!

П: Быть может, все это началось с твоего рождения, когда за тобой ухаживала бабушка.

М: Да, может быть.

Ван: Я не знаю.

М: Да, в этом не было ничего хорошего. Мы жили тогда с моей мамой, так как я была очень слабой.

Как только Ванесса коснулось вопроса, связанного с большой личной болью, первое движение родителей было направлено к ее преуменьшению. Они обратились к истории вопроса и попытались уйти от его болезненного настоящего. Ванесса же сопротивлялась этому, проложив таким образом на семейной карте новую тропу.

Ван: Я не думаю, что именно здесь кроется причина. Я просто знаю, что очень трудно найти человека, который меня полюбил бы.

К: А вообще, как у тебя обычно с тем, в кого ты влюбляешься?

Ван: Я какое-то время встречаюсь с ним, а потом он уходит, все они уходят или же отвергают меня.

М: Она оказалась довольно сильной и агрессивной. Не знаю, многие ли современные девушки таковы.

П: Это уже становится традицией.

Ван: Я просто ничего не понимаю. Я всегда о ком-то думаю. Встречаюсь сейчас с этим Марком. Я о нем забочусь, хотя он не является именно тем человеком, который нужен мне.

М: В таком случае ты не должна обманывать себя по его поводу.

Ван: Я не знаю, почему я продолжаю встречаться с недоступными мужчинами. Я делаю это уже 12 лет. Я просто устала. Когда мне исполнилось 30, что-то щелкнуло у меня внутри и я решила, что мне необходимо все это изменить.

П: Конечно.

Ван: Я подарила себе большую вечеринку в честь 30-летия. Один из моих друзей, Питер, встретил на вечеринке мою подругу и они ушли вместе. Я почувствовала, как будто потеряла еще одного мужчину, в которого только-только начала по-настоящему влюбляться. Все продолжается без каких бы то ни было изменений!

П: Может быть, в этом отношении ты похожа на меня? Когда я в конце концов женился, я был старше, чем ты.

На этот раз комментарий Папы имеет более личностную окраску и больше похож на озабоченность происходящим, чем на попытку избежать этого.

Ван: Я думала об этом.

М: Да, до тех пор, пока ему исполнилось 33, он успел хорошенько повеселиться.

Христа в 33 года распяли, Джон в этом возрасте женился.

П: Женившись, я ушел в “отставку”.

К: Хорошая идея! Это позволило вам избежать конфликтов с женой.

Это был интуитивный ответ, предполагавший возможность поднять вопрос о супружеских изменах. Однако в этом месте беседы они пропустили намек мимо ушей.

П: Я женился потому, что умерла моя мать. Мне нужно было, чтобы кто-то хозяйничал в доме. Я знал ее семью и то, что она хорошая девушка. Но, наверное, я бы никогда не женился, если бы мама не умерла.

М: Он и вправду никогда бы не женился.

П: Некоторые из моих друзей еще до сих пор не женились.

К: Вы имеете в виду, что Ванесса не выйдет замуж до тех пор, пока вы не умрете?

П: Не знаю, быть может, она действительно выйдет замуж позже.

М: Выйдет замуж позже!

Этот краткий отрывок проливает немного света на некоторые элементы подводных течений в этой семье. Быть может, Ванесса стремится избежать тех взаимоотношений, которые видит между родителями, и делает это с таким упорством, что ее активность давит на партнера.

Ван: Но это беспокоит меня! Мне плохо.

П: А меня это вовсе не беспокоит. Я встречался с девушкой, а потом она ушла от меня и вышла замуж... Ну и что же! На берегу моря камешков много, а я схожусь с людьми легко.

Ван: Я тоже легко схожусь с мужчинами, но не могу выбрать подходящего для замужества. Один слишком сдержан и я не чувствую его любви, второй находит себе другую девушку. Теперь и у Марка, кажется, есть девушка.

К: Может быть, он боится, что ты съешь его?

Этот список неудач во взаимоотношениях с мужчинами, возможно, связан с интенсивностью ее попыток найти для себя партнера. Мои усилия здесь направлены на поиск метафоры того, как она могла бы отпугивать мужчин.

Ван: Я думаю, многие мужчины опасаются моей напористости.

К: Может быть, тебе кажется, что они необходимы тебе для того, чтобы заполнить пустоту внутри себя?

Ван: Да.

К: Но ты не можешь заполнить пустоту внутри себя кем-то другим.

Ван: Я знаю, что должна что-то с собой делать! Хотя мне неизвестно, как все-таки заполнить эту проклятую пустоту.

Вся эта область подводных течений в семье очень могущественна. Эмоциональные взаимоотношения между родителями оказывают глубокое влияние на детей. Вос-

питание в таком семейном окружении, которое отмечено безучастностью и дистанцией между мужем и женой, обычно приводит к проблемам с близостью у детей. В этом конкретном случае Папино описание женитьбы по соображениям выгоды и целесообразности очень показательно. Они прилагают усилия к тому, чтобы избежать такой же судьбы, однако результат оказывается тем же.

Наша способность преодолевать такие препятствия открытым и прямым способом создает условия, при которых рост оказывается возможным. Это может разрушить подобное гипнозу заклятье, которое, казалось бы, удерживает детей в рамках паттернов своей семьи. Наблюдая дистанцию между родителями и сопутствующие ей боль и изоляцию, дети, скорее всего, зададут себе следующий вопрос: "Пойду ли и я по той же дорожке?" Это дает возможность поиска взаимоотношений качественно иного рода.

Позже на сессии широкая сеть семейной динамики была выведена на поверхность.

К: Известно ли было вам, что если вы унижаете мужа, то это может способствовать тому, что ваши дочери научатся унижать своих молодых людей?

М: Да, возможно так оно и будет. Вы имеете в виду унижения в его присутствии. Я иногда это делаю за его спиной.

К: О, я понимаю, правда тогда становится достоянием общественности.

М: Но он всегда уходит. Он никогда не сядет, не поговорит.

К: Вы бы могли задержать его, когда он выходит из дома.

М: Он говорит, что у него дела. Это случается, когда он раздражается по поводу моих разговоров с Майком.

К: Вы имеете в виду то, что Майк - как бы ваша мама?

Наклеивая на Майка ярлык материнской роли по отношению к собственной матери, я надеюсь привлечь внимание к дисфункциональной природе этого "треугольника". И опять я действую вне их обычного стиля, что само по себе может оказать влияние.

М: Да, что-то в этом роде.

К: Ребята! Ну и запутанная же у вас семейка. Никто не знает кто есть кто!

М: Мы можем разговаривать с Майком. Он все понимает.

К: Итак, если Майк для вас мать....(смех).....то для Марлы он бабушка.

Здесь я подталкиваю их к смешению ролей, хочу, чтобы они по настоящему почувствовали абсурдную сторону некоторых аспектов их взаимодействия.

Дор: Кто же в таком случае мой брат?

К: Все становится уж слишком сложным.

Мне хочется еще немного поговорить о "технике" игры с семейными ролями. Я намереваюсь высветить те области, в которых сами роли и функции, которым они служат, являются патологическими. Мой способ это делать - неожиданный и как бы комический - часто приводит к тому, что семья оказывается в состоянии увидеть абсурдность своей ситуации. Тот факт, что Майк утешает маму, когда она расстраивается, безусловно, является проблемой. Этот вид союза поколеий может оказывать весьма отрицательное влияние на всю систему внутрисемейных взаимоотношений. Я хочу разрушить комфортное состояние, связанное с такого рода союзами, но мне не хочется учить их, как быть идеальной семьей. Этот вид вмешательства в деструктивную ролевую

структуру семьи оставляет реальное принятие решений за ними. Способность семьи хотя бы отчасти понять всю абсурдность этой ситуации является знаком того, что они вполне могут работать с такого рода вмешательством.

Идея о том, что терапевт может "научить" семью, как лучше функционировать, - явно нарциссическая идея. У меня слишком много своих собственных проблем, чтобы я еще был способен распродавать в “экспортном исполнении” собственный способ жизни. Пытаться продать то, с чем я сам не могу жить, - это уже нечто психопатическое. Все, что я могу для них сделать - это помочь им взглянуть на себя и полностью принять ответственность за свои решения и за свою жизнь.

Но это не значит, что я "выгоняю их на мороз". У них есть ресурсы и способности, на которые они могут положиться, и я ответственен за то, чтобы убедить их в существовании этих ресурсов и подтолкнуть к самостоятельному поиску. Любой другой вид реакции может оказать им плохую услугу, предполагая, что они, конечно же, опустошены и у них нет никаких связей друг с другом. Подспудная эмоциональная жизнь семьи всегда с ней - во всем своем разнообразии. К ней лишь должен быть найден доступ. И даже если предположить, что семья не обладает этими достоинствами, я должен прекратить “кормление грудью”, так как оно меня очень изматывает.

Позднее в беседе Мама начала обсуждать свое разочарование по поводу Папы. Особое внимание она обратила на его поведение во время их посещения танцев. Она пожаловалась на то, что он мог прийти туда с ней, но протанцевать весь вечер с другой женщиной. Она утверждала, что муж обычно не слушает протестов и оставляет ее в одиночестве.

К: Вы не говорили детям, что были удивлены тем, что никто не танцевал с вами в трезвом состоянии?

М: Нет, я этого им не говорила. Но меня беспокоит, что никто не хочет со мной танцевать.

Дор: Почему же?

М: Небольшой артрит. Они боятся.

Дор: Они боятся держать тебя в руках?

М: Они меня приглашали танцевать, а потом отказывались... Я негибкая. Я думаю, они боялись.

Дор: Хорошо, все, что ты можешь сделать, это попросить их потанцевать с тобой. Если они боятся ... просто подойди к ним и скажи: "Я не собираюсь ломать себе ноги".

К: О, вы могли бы запретить папе танцевать до тех пор, пока кто-нибудь из его друзей не вызовется потанцевать с вами.

Здесь я подчеркиваю, что они - супружеская пара и что действия одного влияют на другого. Я также подталкиваю Маму к тому, чтобы она была менее пассивной и поняла, что может действовать.

М: Да, хорошо. Но вот что случается. Приходит пара... Папа приглашает женщину танцевать, а ее кавалер стоит в отдалении или просто уходит. Не так ли, папа?

П: Да, это верно, но в последнее время я не так уж много танцевал с другими.

К: Почему бы вам не сказать кавалеру: "Моя жена хороший танцор, а мне нравится ваша. Махнемся!"

(Сдержанное хихиканье детей)

М: Да.

К: "Увидимся за завтраком!"

(Смех)

Сейчас я взял их социальную игру и внес в нее сексуальный подтекст. Расширяя ее сценарий, я указываю на комфортный для них недостаток смелости.

Я хочу, чтобы они были свободны в соединении танцев с более глубокой неверностью. Давая им знать о моих подозрениях касательно сексуального подтекста всей этой танцевальной проблемы, я повышаю уровень их тревожности. Их комфортность стала весьма сомнительной. К следующему "танцу" игра будет уже другой.

К: Мы должны остановиться.

П: Да, это совсем другой подход.

(Смех)

К: Вы можете предложить заплатить за завтрак!

(Смех)

Допуская подобный обмен мнениями в присутствии детей, я разрушаю их фантастические представления о родителях как совершенно несексуальных существах. Оставив обвинение в неверности на уровне умозаключения, я добился того, что им не удастся его отрицать. И если закончить встречу подобными вопросами, висящими в воздухе, с ощущением незавершенности и замешательства, то это может привести к реальному их объединению и развитию!

И опять этот тип "засевания подсознательного" может иметь очень серьезные последствия. Вопрос о неверности был введен таким образом, что они его восприняли, но при желании могли и не реагировать. Если быть точным, эхо еще следует ожидать.

С точки зрения "техники", этот вид взаимодействия может быть охарактеризован как усиливающий ход. Я беру то, что они представили - повторяющуюся танцевальную проблему - и повышаю ставки, предполагая, что за этой проблемой стоит гораздо большее. В результате могут разрушиться их "удобные" чувства по поводу данной ситуации. Это в свою очередь безусловно изменит контекст следующего "танца". Они свободны продолжать игру, но уже не могут ее не замечать.

* * *

Вопр: Карл, все это очень дико! Вы действительно считаете, что танец - по сути дела представляет собой сексуальную связь?

Карл: Конечно! Мне кажется... идея о том, что любовная связь не больше, чем пенис и влагалище, достаточно безумна. У нас все время случаются психологические любовные связи.

Этот человек имеет психологические любовные связи, танцуя со многими женщинами. Танцы представляют собой по сути дела сексуальный опыт. Вы ставите вашу ногу между ее ногами, а она ставит свою ногу между вашими ногами. Я должен был сказать, но не сказал, что мужчины не танцуют с ней скорее всего потому, что она выглядит слишком сексуально и они боятся, чтобы у них не произошла эрекция.

Вся эта идея с завтраком является хорошим примером того, что я называю "засеванием подсознания". Причем здесь моя фантазия идет дальше их фантазии.

Вопр.: Да, это действительно выглядит так, будто вы подливаете бензин в огонь.

Карл: Вы не можете испытать оргазм, если предварительно не разогреетесь. Нужно подталкивать этих людей. Нельзя лишь просто жить рядом с ними. Нужно пытаться усилить проявления их жизни, чтобы сделать их более успешными и способными испытывать удовольствие.

Вопр.: Хорошо, разрешите мне задать вам простой вопрос. Отчего вы просто не учите их? Почему бы вам просто не научить их, например, получше общаться? Не преподать им урок о том, что они нуждаются в более уважительном и нежном отношении друг к другу?

Карл: Очень хорошо, что вы задали этот вопрос! Вы знаете, самая безумная идея заключается в том, что обучение, которое проводит профессиональный терапевт, качественно отличается от проповеди, десяти заповедей, советов соседа и т.д.! Это невозможно! Подумаешь, обучение... Мы не можем справиться со своей жизнью лишь посредством интеллектуального инсайта. Для этого может понадобиться что-то, что вторгается гораздо глубже, на уровне подсознания. И вы не должны беспокоиться о том, чтобы посеять слишком много семян. Помните ту притчу о Христе про высевание семян: если они не упадут в подходящую почву, то не будут расти. Если же они попадут в плодородную почву, то обязательно прорастут! И тогда то, что вырастет, можно будет собрать в качестве урожая. Итак, я думаю, что все эти истины, быть может, “прорастут” в них лишь спустя недели.

Вопр.: Итак, можно с полным правом утверждать, что вы не верите в обучение?

Карл: Может быть, под конец терапии вы и сможете просто сказать им что-нибудь, что удержится у них в головах, исключительно из-за значимости отношений с вами. Однако, обычно процесс обучения отнюдь не является терапевтическим.

6. УНИВЕРСАЛЬНАЯ ДИЛЕММА: ОТЧАЯВШИЕСЯ МУЖЧИНЫ И ПОЛНЫЕ НАДЕЖД ЖЕНЩИНЫ

Жена: Скажи, что ты меня любишь.
Муж: Я тебя люблю.
Жена: Неправда!

Жизнь безумна! Мы суетимся в поисках близости и личностной включенности - и все только для того чтобы в ужасе съежиться, едва такая возможность представится. Часто нам удобнее определять себя через социальную роль: я терапевт, я отец или я муж, - чем прилагать усилия к тому, чтобы быть человеком. Чем больше мы говорим о том, как важно быть индивидуальностью, тем крепче сживаемся с теми функциональными ролями, которые вынуждены играть.

С этой дилеммой сталкиваются каждый человек и каждая семья. Любая семья обладает сложной системой ценностей, образов и мифов о том, что есть собственно человеческое. Насколько мы открыты по отношению друг к другу? Насколько наша семья является роле-ориентированной? В состоянии ли мы приоткрывать наши импульсы, или они должны быть скрытыми? Насколько похожи и насколько отличны друг от друга мужчины и женщины? Являются ли дети автономными человеческими существами или же лишь отражением своих родителей? Подобные вопросы бесконечны, и обращаться к ним люди будут всегда.

Одной из самых эмоционально нагруженных проблем в семье выступает взаимоотношение полов, отношение мужчин и женщин друг к другу. Как они взаимодействуют друг с другом и какая дистанция для этого требуется? Как достигается близость? Данные вопросы входят в круг самых принципиальных в контексте внутрисемейных взаимоотношений. Когда мы вновь собрались на сессию, Ванесса стала говорить о своем прежнем опыте принадлежности к ашраму и поединках с мужчинами.

Ван: Я медитирую каждое утро по 10 минут, но уже не посещаю никаких специальных занятий.

К: Как тебе удалось освободиться? Или же ты все-таки попала в капкан?

Ван: О да! Я действительно попала в капкан! Мне кажется, что я отвернулась от ашрама, медитаций, чтобы направить всю мою энергию на личные взаимоотношения.

К: Как ты это сделала?

Ван: Посредством своих любовных связей.

К: О, ребята! Именно это я и говорил вчера на обсуждении. У меня были подозрения, что суть твоих вчерашних переживаний по поводу неудачных отношений с мужчинами состоит в том, что ты каким-то образом пытаешься заменить гуру друзьями-любовниками, поставить одних на место других.

Одна из серьезных жизненных проблем состоит в том, что мы слишком много фантазируем, мечтая, что о нас будут заботиться и нас будут опекать. Рискованно надеяться на то, что друг-любовник избавит вас от необходимости быть настоящей индивидуальностью. Если ему это не удастся, вы будете глубоко разочарованы. Но хуже, если ему это удастся, тогда вы - никто.

Ван: Я знаю. Это правда. Мой парень тоже говорит обычно: "Ты путаешь своих парней и гуру".

К: Как ты думаешь, могла бы ты прожить без гуру?

Ван: Или без парня?

К: Нет, нет.

Ван: Только без гуру?

К: Да. Потому что, если ты сможешь прожить без гуру, у тебя все хорошо получится с парнем.

М: Правильно.

Ван: Я.... я....я боюсь этого. Мне нужно что-то такое, за что я могла бы зацепиться.

Здесь Ванесса способна выразить словами свое желание, чтобы ее оберегали. Ей хочется верить, что она опять маленькая девочка и окружена заботой и вниманием, которые ей необходимы.

Сама интенсивность ее желания говорит о том, что здесь есть область, заслуживающая подробного исследования. Мои усилия направлены на то, чтобы связать эти потребности с проблемами семьи и ее желанием получить нечто большее от отца.

К: И ты не можешь положиться на Папу?

М: Да! Все именно так!

Ван: Может быть, я не знаю.

К: Вчера ты сказала, что проблемы с парнями как-то связаны с Папой.

Ван: Да.

К: Не думаешь ли ты, что не можешь положиться на него потому, что он не полагается на Бога как на гуру?

Ван: Я не знаю. Просто я не чувствую себя в безопасности с моими родственниками. Я не могу сказать: "Папа, я боюсь". Не думаю, что с ним у меня есть контакт подобного рода.

К: Когда ты перестала обниматься с Папой?

Ван: О, я не знаю, не знаю (ее тревожность возрастает). Я даже не помню.

К: Когда ты была маленькая, да?

Ван: Да.

К: Появлялось ли у тебя когда-либо чувство, что он боится сексуальных переживаний, связанных с тобой?

Ван: Да, я это чувствовала.

Мы уже обсуждали ранее - истинная проблема Ванессы в том, что она не может быть близка с Папой. Возникла тревога, когда я спросил про обнимание. Моя реакция вызвана желанием вынести этот вопрос на поверхность. Выявляя ее тревожность по поводу запрета на инцест, я надеюсь способствовать освобождению Ванессы, чтобы она могла видеть повседневную жизнь более ясно.

К: Не припомнишь ли ты, когда это приблизительно было? Моя мать впала в панику по поводу сексуальных чувств, вызванных мною, когда мне было тринадцать. Я понял это не сразу, а намного позже.

Здесь я делюсь кусочком своей жизни и таким образом нормализую вопрос о сексуальных чувствах между родителями и детьми. Я стараюсь ослабить их оборонительную установку по этому поводу.

Такой вид общения трудно отвергнуть, в отличие от любых прямых вопросов об инцесте в их семье. Когда они слышат рассказ о моей жизни, то не могут так же легко подвергнуть сомнению его истинность, как при упоминании об их жизни. Это часть моего опыта, а не их. Но поскольку это имеет еще и универсальное, общечеловеческое значение, оно является и их частью.

Ван: А-га-а...

К: Имеешь ли ты какое-то представление о том, сколько тебе было лет, когда ты и Папа уже не могли выносить возбуждения, вызываемого друг другом?

Ван: Я бы сказала, где-то после двенадцати. В голову приходит цифра двенадцать.

Способ, которым Ванесса отвечает на мой вопрос о переживаниях по поводу отсутствия телесных контактов с Папой, свидетельствует о том, что эта область нагружена скрытыми смыслами. И вновь мое естественное побуждение - подтолкнуть их на уровень, вызывающий большую тревожность - и тем дать возможность понять новый аспект действительности.

Однако, по правде говоря, это не такой уж спорный вопрос. Я просто приоткрываю здесь некую универсальную реальность. Высветить импульсы - не значит создать их вновь. Родители и дети действительно испытывают друг к другу сексуально окрашенные чувства. И опасными их делает та паника, которая связана с их отрицанием. Отдалять себя от детей, чтобы избежать импульсов, приводящих в замешательство - значит делать плохо семье. Я же хочу, чтобы мы стали лицом к лицу со своими импульсами, а не жили в страхе перед ними.

Решение поделиться с семьей частицей моего собственного связано с убеждением, что для того, чтобы по-настоящему войти внутрь семейной системы, необходимо вести себя очень личностно. Когда я смотрю на них, я должен открыть частичку себя. Когда же они смотрят на меня, я хочу, чтобы они были в состоянии увидеть в этом взгляде часть своего собственного мира. Способность смотреть друг на друга прежде всего как на человеческие существа является центральной для любой терапии. Я не беспокоюсь по поводу того, что они будут рассматривать меня как глупого или неадекватного из-за той информации, которой я с ними делюсь. Я не нуждаюсь в том, чтобы они меня обожали или подтверждали мою значимость лишь для того, чтобы самому не утратить чувства собственного достоинства, своего самоощущения как самоценной и самодостаточной личности. Если вы оказываетесь зависимым от обратной связи, которую получаете от ваших клиентов по поводу своей самоценности, у вас возникают существенные трудности. Такая установка препятствует вашей работе и удерживает на социопатической привязи.

Вся деятельность в рамках профессионального противопоставления "здорового терапевта" и "больного пациента" является весьма интересным феноменом. Утверждение данной дихотомии создает разрыв такого рода, что реальное взаимодействие оказывается попросту невозможным. Это заставляет клиентов поверить в то, что мы можем их “исправить” и что они настолько дефективны, что нуждаются в нашем исправлении. Еще более деструктивной оказывается иллюзия грандиозности, величия, которой терапевты подвержены довольно часто. Нам представляется, что способность терапевта действительно помогать связана с принятием факта, что помочь он по сути дела не может.

* * *

Вопр.: Карл, это был очень тяжелый разговор. Здесь вы использовали свою жизнь, свой собственный опыт для того, чтобы иметь возможность говорить об очень трудных личностных вещах. Зачем вам понадобилось окунаться во всю эту проблематику инцеста? Более того, зачем вы приплели сюда вашу мать?

Карл: Я считаю, что когда мы говорим о сексуальных чувствах между родителями и детьми, то должны подкрепить их самопредъявление своим самопредъявлением. Если вы этого не делаете - вы просто занимаетесь порнографией, грязным делом. В том же случае, когда вы предъявляете себя - а я думаю, что вы можете это делать только если сами прошли терапию и вам самому помощь уже не нужна - вы просто сообщаете об этом как о части вашего символического опыта. Такая информация приоткрывает некоторую реальную область, и они могут размышлять о ней.

При этом я не пытаюсь заставить их комментировать собственный опыт. Например, я в академической манере спрашиваю женщину: "Сколько вам было лет, когда вы поняли, что ваш отец испуган?" - ничего не говоря о том, когда испугалась она сама. Тогда же я рассказываю им о своем опыте взаимоотношений с матерью, ибо он отражает реальную жизненную ситуацию и прямо не связан с их собственным опытом. Я же сам более не тревожусь по этому поводу.

Вопр.: Но не рискуете ли вы показаться им не совсем здоровым? Говорите о том, что вступали в весьма сомнительные взаимоотношения...

Карл: Конечно, я нездоров! У меня нет намерения рассказывать мифы о собственном здоровье. Я рассматриваю себя как существо даже более безумное, чем они. За исключением того, что я получаю доход от этого нездоровья и наслаждаюсь им! И я поддерживаю их в их безумии. Проблема же заключается в том, как не быть глупым!

Вопр.: Хорошо, тогда в чем же разница? Я имею в виду разницу между безумием и глупостью... Вы даете этим понятиям разное толкование!

Карл: Да, если вы глупы и безумны, вы оказываетесь в государственной лечебнице. Если же вы умны и безумны, вы, как Пикассо, сделаете вклад в общечеловеческую культуру. Или же, по крайней мере, вы сможете зарабатывать на жизнь, как это делаю я.

Вопр.: Хорошо, кажется, ваш подход здесь вполне работает. Он сильный и может быть даже полезный. Но по поводу всего этого должны существовать какие-то руководства. Вы не можете просто говорить каждому своему клиенту об интимных взаимоотношениях с собственной матерью. Как вы догадываетесь о том, когда можно говорить такое? И когда, с вашей точки зрения, лучше об этом не упоминать?

Карл: Я ничего не решаю заранее. Я думаю, что одной из проблем терапевта является то, что он часто попадает в плен своего собственного двоемыслия... Это похоже на то, как если бы вы спросили девушку, можете ли вы ее поцеловать. Уже слишком поздно. Если такой двойственностью поражены ваши терапевтические действия, то вы - притворщик. Тогда они тоже начнут притворяться в ответ, так как в своих ответах попадут в сети двоемыслия.

Вот как все происходит. Клиническая интуиция сопровождает мой творческий опыт и одновременно является его источником.

Вопр.: Я все же чувствую неудовлетворенность. Тогда получается, что все, что приходит вам на ум во время встречи, может быть тут же высказано?

Карл: Конечно, конечно. Смогу ли я вам это объяснить?... Должна быть какая-то тренировка. Опыт этих 20, 30, 40 лет профессиональной работы помогает мне более уверенно проводить интервенции. В первые 10, 15, 20 лет меня защищали, мною руководили и, кроме того, меня учили ко-терапевты, и это давало мне определенную свободу, так как терапия в этом случае оказывалась “танцем для двоих”.

Так же, как и в случае одинокого родителя, одинокий терапевт является неполноценным. Семья - слишком мощная структура для одинокого терапевта. Нормально, когда двое родителей. И двое терапевтов. Когда вы становитесь старше, когда вы - бабушка, вы можете растить ребенка самостоятельно. Когда я стал дедушкой, я смог самостоятельно работать с семьей. Но, тем не менее, и сейчас я предпочитаю иметь дело с партнером и командой.

* * *

Сессия продолжилась, в центре внимания оказалась способность Папы включаться в межличностное взаимодействие. Мы узнали, что он чувствовал себя отстраненным еще своим отцом от воспитания собственных детей.

К: Помните ли вы, Папа, времена, когда вам удавалось обнять вашу старшую дочь?

П: Да нет, в этом более или менее первенствовал дедушка. Постоянно.

К: Нас, стариков легко соблазнить. Временами мы очень чувствительны.

П: Он хотел, чтобы кто-то был рядом.

М: Он хотел найти поддержку в ком-то и искал ее. Папа не обнимал никого из них.

П: Никого?

М: Я давала Папе на руки детей, когда они были маленькими, и он только держал их на руках. Только держал, но не обнимал. Только держал.

К: Мужчины очень застенчивы.

М: Да.

К: Вот почему говорят о втором детстве. Потому что большинство мужчин перестают быть человеческими существами, когда делают карьеру. Когда же становятся стариками, они вдруг понимают, чего лишились, и неистово пытаются стать ближе к кому-то. Не думаете ли вы, что нечто подобное происходит и с ним?

М: Может быть, самую малость.

Я дал Папе возможность взглянуть на современное состояние его жизни и оказаться лицом к лицу со своим одиночеством. Мужчины, кажется, часто пытаются выжить, находясь в состоянии оцепенения по отношению к реальной жизни и действуют так, как будто они вещи, а не люди. Я дал Папе мельком увидеть собственную человеческую сущность как альтернативу онемелости.

К: Конечно, у вас сложности, потому что он может обниматься с вашей мамой - и все потому, что она несексуальна. В этом отношении она очень похожа на его маму.

М: Правильно. Он и его мама были вот как это (Мама скрещивает два пальца), при этом его папа был где-то на отшибе.

К: У меня появилась безумная мысль (Смеется). Когда вы сказали, что он и его мать были вот как это (скрещивает пальцы), у меня возник образ искривленных пальцев, как бы связанный с искривленными отношениями между ним и его матерью.

Делясь с ними плодами своего воображения, я надеялся, что они получат ясную картину чего-то нездорового между Папой и его мамой.

Я предлагал им свои зрительные образы, и это являлось показателем моей все возрастающей способности быть свободным с ними. Мы уже вышли из первоначальной

стратегической фазы. Хотя стратегия всегда остается частью взаимоотношений с семьей, сейчас она отошла на задний план.

Это похоже на любые другие взаимоотношения в том аспекте, что развитие здесь также происходит поэтапно. Сейчас я меньше связан с их проблемами и более свободен в соприкосновении с моими собственными внутренними реакциями. Достичь этой фазы очень важно, для того чтобы наша работа оказалась плодотворной. Насколько меня захватывает их борьба с реальностью, проблемами и поиск решений, настолько я вовлекаюсь в их систему. А как только я оказываюсь внутри, я нейтрализуюсь. Будучи однажды соблазненным таким образом, я теперь, подобно Алисе из Страны Чудес, бегущей вместе с Королевой, мог бы воскликнуть: "Чем быстрее я бегу, тем больше отстаю".

Мужчины/женщины: вечная диалектика

Старая аксиома: "Мужчины используют любовь для того, чтобы получить секс, а женщины используют секс для того, чтобы получить любовь", - кажется, заслуживает некоторого доверия. Она отражает базисные, примитивные различия в перспективах, которых придерживаются мужские и женские элементы в разных культурах. В современном искушенном обществе это может быть воспринято как нечто старомодное, однако свидетельства человеческого опыта трудно опровергнуть.

Мужчины обычно испытывают трудности с эмоциональной близостью. Вместо того чтобы искать смысл жизни в личнных отношениях, мужчины находят его в достижениях, приобретениях и обладании. Это очень похоже на маленького мальчика, который собирает модели автомобилей. Большие мальчики делают то же самое, только игрушки уступают место деньгам, спортивным автомобилям, компаниям... Мужчины одеваются в броню достижений и успехов, без которой чувствуют себя обнаженными и стыдятся. Они определяют себя по тому, что у них есть. Вопрос о том, кем они являются, кажется им очень нелепым. Что это, черт побери, означает?

Более того! Мужчины нуждаются во всем этом для того, чтобы защитить себя от чего-то страшного, пугающего. Идея о том, чтобы эмоционально открыться перед кем-то, устрашает настолько, что даже признать ее существование опасно. Причем, если мужчины общаются с другими мужчинами, - все видится не столь уж мрачным. Они начинают обсуждать такие “сверхважные” проблемы, как изменения в составах футбольных команд, дела на финансовых биржах, хвастаются друг перед другом своими машинами, сплетничают о секретаршах и т.д.

Этот уровень общения (лучше его назвать "антиобщение") принимают большинство мужчин. Однако вся система начинает разрушаться, если в ней появляются женщины. Женщины знают, что эмоциональная близость возможна, а усилия, направленные на ее достижение, оправданы. Могу предположить, что это происходит потому, что женщина обладает опытом взаимоотношений с детьми, когда те еще находятся у нее во чреве. До рождения ребенка отец не общается с ним совсем, и я не уверен, что эту разницу в исходных позициях впоследствии можно как-то наверстать. Без сомнения, историческое разделение труда, когда мужчина отправлялся охотиться на динозавров, а женщина оставалась в пещере и опекала своих детей, внесло существенный вклад в этот дисбаланс.

Несмотря на возражения, имеющиеся на этот счет в современной культуре, я верю в то, что биология определяет больше, чем психология. Мужчины, конечно же, могут научиться более личному отношению и заботе, но я сомневаюсь, что они когда-либо смогут достичь материнской интуитивной заботливости. И здесь вряд ли поможет

простое подражание женским социокультурным моделям. Обычно для описания традиционной семейной модели я использую аналогию с колесом велосипеда. Мать - это ось колеса. Она ответственна за психологическую атмосферу в семье, за то, достаточно ли заботы и внимания получает каждый член семьи. Отец похож на шину. Его функция заключается в более непосредственном взаимодействии с внешним миром. Он должен защитить остальных членов семьи от опасностей реального мира, а также подготовить детей к реальной жизни. Дети в моей аналогии напоминают спицы колеса. Они - то, что соединяет мать и отца, и если продолжить аналогию, также и то, что родителей разделяет. В любом случае такая модель отнюдь не благоприятствует близости между Мамой и Папой как мужем и женой.

Когда семья вновь собралась, на первый план выступила их “авторская” версия этого универсального вопроса.

К: Для многих мужчин реальная сложность состоит в следующем: они достаточно рано теряют надежду что-либо получить от жизни. Их обучают влюбляться в вещи - в машины, в животных, в работу.

Для особи мужского пола, которого с самого раннего возраста учат, что эмоциональная включенность является чем-то неприличным, жизнь становится стимулом к открытию безопасных областей реальности, в которые можно вкладывать свое собственное “Я”.

М: Да, да, именно так! Он влюблен в свой трактор. Если трактор сломается, он начинает стонать: "О, мне нужен трактор, мне он просто необходим!". И Майку приходится его чинить.

К: Со страстью.

М: Да! Со страстью. Это его страсть!

К: Можете ли вы сказать, когда вы оставили надежду как-то очеловечить его? Сколько времени прошло с тех пор, как вы поженились, когда вы решили, что он безнадежен?

М: О, совсем не сразу.

(Смех).

Этот комментарий приоткрывает типичную борьбу на ранних этапах супружеской жизни. Женщина пытается помочь мужчине жить в настоящем. Личностно включиться во взаимоотношения с ней. Всеобщий смех подтверждает признание самого факта борьбы и одновременно отчаяние.

К: Конечно, не сразу, так как женщина обычно путает секс с любовью. Она не понимает, что мужчина в самом начале по-настоящему не любит ее. Он лишь сексуален.

М: Правильно. Такое могло произойти по крайней мере через несколько лет - может быть, лет пять.

Мои усилия здесь направлены на то, чтобы вновь вернуть Маму к нашей проблеме. Сейчас, когда мы установили факт безнадежности мужчин, я хочу, чтобы Мама смогла свободно взглянуть на реальную ситуацию ее собственной жизни. Действительно встать лицом перед фактом, что ее муж не проявляет к ней большой нежности, что она одинока.

Женщины обычно ловятся на удочку интереса мужчины к сексу - это старый способ, которым женщина пытается убедить себя в том, что она кому-то небезразлична. И хотя иногда это подтверждается, но в более далекой временной перспективе такая уловка снижает человеческое достоинство женщины.

Я работаю исходя из предположения, что до того, как Мама сможет действительно мобилизовать себя к росту, ей придется стать лицом к лицу с реальностью, которую она пытается игнорировать. Только тогда боль и одиночество станут ее союзниками в борьбе за развитие. Только тогда они смогут дать ей мужество и указать путь. Боль, будет держать ее в онемелом состоянии и в изоляции до того, как Мама сможет ее принять. Конечно, принятие боли тоже может быть болезненным, но это боль с элементами обещания и надежды, вовсе не ослабляющая по своей природе.

* * *

К: ... И с каких пор вы находитесь в депрессии?

М: Я не знаю. Я знаю только, что депрессия у меня началась одновременно с ревматоидным артритом. С тех пор прошло уже 14 лет.

К: Она все больше обостряется?

М: Я не знаю.

К: Разрешите мне задать вам вопрос, который только что возник у меня. Не думаете ли вы, что болезнь Гейл способствовала тому, что ваш артрит развивался не столь интенсивно?

М: Может быть совсем немного, я не уверена. Из-за нее у меня не было достаточно времени, чтобы подумать о себе.

Ван: И еще ты часто кричишь на Гейл и сердишься на нее.

М: Да, я ее частенько донимаю.

К: Итак, в то время как у вашего мужа роман с трактором, у вас - роман с Гейл.

М: Может быть.

И опять психологические измены сопровождаются интенсивными эмоциональными вкладами, что может иметь и свою выгодную сторону, позволяя Маме выразить хотя бы часть своего подавленного гнева, но в более отдаленной временной перспективе он имеет разрушающий эффект.

Ситуация является ярким примером двойственных воздействий, которые наполняют наши жизни и создают те парадоксы, с которыми мы часто сталкиваемся. В то время, как на поверхностном уровне кажется, что свойство Мамы обрушиваться на Гейл по крайней мере освобождает ее гнев, на более глубоких уровнях он возвращается к ней вновь. В действительности же ничего не решается и треугольные системы взаимодействия укрепляются.

Гейл включена именно в такое взаимодействие. С одной стороны, цена кажется низкой, но при этом есть нечто особенное в статусе объекта для излияния гнева вашей собственной матери.

Автоматическим следствием становится невозможность когда-либо повзрослеть, и это лишь небольшая цена, которую необходимо заплатить за пожизненную страховку быть столь отчаянно необходимой. Часть проблемы, вероятно, состоит в том, что в то время как Мама получает какое-то облегчение, на более глубоких уровнях она осознает, что уходит от реальных, беспокоящих ее проблем. Она может даже намеренно способствовать тому, чтобы сохранить их навсегда.

Больше того, для Папы не так уж и здорово столь просто убежать с крючка. Он нуждается в чувстве своей собственной необходимости, живым или мертвым. Чувство

собственной необходимости является очень существенной частью человеческой жизни. Дистанция безусловно поддерживает его уровень комфорта, но, вместе с тем, укрепляет в нем ощущение бессмысленности жизни.

Но, возможно, самым деструктивным компонентом этого стиля внутрисемейного общения является их нежелание по-настоящему увидеть друг друга, а также саму проблему их взаимоотношений, что обязательно будет передано последующим поколениям. Фантазия, что вы можете выбраться из такого рода ситуации невредимым, является всецело разрушительной.

К: Где же еще в семье есть страсть? У меня было чувство, что Папа сделал саркастическое замечание по поводу.... Это - Марла? Тебя ведь так зовут?.... Удивительно! Мою бабушку тоже звали Марла, вот почему я не был уверен. Итак, когда Папа вчера сделал замечание по поводу того, что Марла пьет, у меня было чувство, что между вами идет страстная борьба. Это правда? Папа беспокоится о твоем будущем? Он думает, что ты в конце концов окажешься среди плохих девочек, и пытается повлиять на тебя, чтобы ты стала хорошей женой одного из соседских фермеров.

М: Я думаю, что так оно и есть.

Мар: Я никогда раньше об этом не думала. Мне кажется, такое вполне возможно.

М: Да, он беспокоится.

К: (К Марле) Можешь ли ты бороться с ним? В состоянии ли ты противостоять старику?

Мар: Да.

К: И по-настоящему победить?

Мар: Не совсем по-настоящему.

У меня было такое впечатление, что жалобы Папы на то, что Марла пьет, - это способ выразить свою ответственность за происходящее с ней. Хотя на первый взгляд кажется, что Папа хочет контролировать дочку, его поведение по сути дела отражает заботу. Возможно, это единственный вид заботы, который он позволил себе проявлять.

К: Не совсем по-настоящему? Когда он побеждает, а ты начинаешь выглядеть жалко ... Он когда-нибудь возвращается и просит прощения, особенно когда понимает, что был неправ?

Мар: Нет.

К: (К Маме) А вы когда-нибудь говорили ему об этом?

М: Нет.

К: (К Марле) А как ты думаешь, что случится, если ты это сделаешь? Если ты опять придешь к нему через 24 часа и скажешь: "Посмотри! Я нашла эти факты в энциклопедии, и ты, старик, был неправ! Просто-напросто неправ! Ты заставил меня поверить во все это, и я должна была сдаться. Сейчас же я хочу, чтобы ты попросил у меня прощения". Ты когда-нибудь делала так?

Мар: Нет.

К: Но все же, как ты думаешь, что будет, если это произойдет?

М: Никто из нас никогда не просит прощения.

Мар: Возможно, ничего не произойдет.

Здесь я хочу утвердить мысль, что существуют возможности как-то сблизиться со стариком. Ведь он еще жив.

К: Я не удивился бы, если бы узнал, что он достаточно заботлив, любит вас и поэтому ты могла бы с ним откровенно разговаривать. Как ты думаешь, он любит Маму?

Мар: Да.

К: Как-то по-своему, а?

Мар: Да.

Сейчас мне хочется, чтобы они признали существование таких сторон их семейных отношений, как забота и любовь. Хотя их не так легко увидеть, уверен, что они есть! Если я смогу помочь им заметить заботу и любовь друг к другу, они смогут обращаться друг с другом по-человечески, а не как с ролевыми функциями.

Добившись такого признания, я начал большую игру. Я хочу сподвигнуть их прямо стать перед вопросом "Действительно ли Папа любит Маму?", - который они никогда себе не задавали и оставляли неразрешенным. Но им просто необходимо ответить на него.

К: Вот почему я не поверил вчера той чепухе, что их брак создан исключительно для удобства. Я думаю, что таким образом они обманываются по поводу реальности их вклада в семью.

Это вовсе не тот тип любви, который мне по душе, но я не думаю, что вы можете как-то избежать совершения взаимных вкладов и что вы можете забрать свои вклады обратно! Даже если вы разведетесь, а потом несколько раз переженитесь, многократно сменив партнеров по браку.

Брак представляет собой процесс, который захватывает человека очень глубоко. Партнеры по браку буквально прорастают в свою совместную жизнь, и несмотря на популярность разводов, я не верю, что вы можете когда-либо оборвать однажды проросшие корни. Вы можете влюбиться, равно “войти” в любовь, но вам никогда не удастся выйти из нее. Тот парень, с которым вы давно порвали, всегда будет присутствовать у вас в голове. Вы можете решить не жить с ним всю оставшуюся жизнь, но это совсем другое - он навсегда останется где-то внутри вас.

М: Я уверена в том, что это беспокоит ее.

(Марла вот-вот заплачет.)

К: Позитивная сторона любви состоит в том, что она вовсе не похожа на кусок мыла. Ты не можешь ее всю использовать - измылить. Она больше напоминает мускулы - чем больше ты любишь, тем больше в состоянии любить.

Наша культура смотрит на брак совершенно безумным образом. Мы почему-то уверены, что можно прожить жизнь вместе, ничего не вкладывая друг в друга и не включаясь друг в друга эмоционально. Это просто невозможно! Совместная жизнь в течение длительного времени предполагает погружение друг в друга и передачу друг другу собственных черт характера. Хотя и не всегда происходит именно так, процесс этот реальный.

Я уверен в том, что мы интуитивно выбираем тех партнеров по браку, которые нам психологически подходят. Процесс этот отнюдь не случайный. Я не думаю, что мы в конце концов женимся и выходим замуж по ошибке. Ссылка на "временное сумасше-

ствие" не соответствует моему опыту. Конечно, обычно в этом процессе есть немало от “тайного сговора”, когда мы как бы соглашаемся вести себя друг с другом определенным образом - это часть наших взаимных уступок. Его характер как-то совсем не проявился до свадьбы. Ее стремление все излишне приукрашивать казалось ему аккуратностью, но во время медового месяца у него открылись глаза. Вместе с тем сказать, что они абсолютно не отдавали себе отчета в особенностях друг друга, утверждать, что они совсем не осознавали на что идут - смехотворно.

Хотя создается впечатление, что мы выбираем такого партнера, который соответствует нашим потребностям и делает нас более целостными, истинная суть семейных взаимоотношений лежит глубже. Парадоксально, но чем больше наш выбор соответствует поверхностным потребностям, тем более глубокой будет наша борьба за то, чтобы стать здоровой парой. Часто оказывается, что благодаря нашим брачным выборам, мы получаем возможность стать взглянуть в лицо собственным страхам. Брак с человеком из-за того, что его сила создает у вас ощущение безопасности, вскоре оборачивается тем, что вам приходится бросать вызов этой силе и в конечном счете побеждать ее для того, чтобы быть личностью. И как только вы сокрушили его силу, он вынужден увидеть те страхи и неопределенности, которые раньше скрывал. Выбрав жену за то, что она так заботлива и внимательна к вашим потребностям, вы в конце концов обнаруживаете, что вам скучно, так как ваша супруга не является яркой индивидуальностью. Колебания здесь бесконечны - с огромным количеством вариаций.

Несмотря на последующую борьбу, очень может быть, что эти трудности являются центральными для развития настоящего чувства близости. По сути дела эмоциональная близость представляет собой не единичное событие, а процесс. Это нечто, что развивается в течение времени. Когда брак может обеспечить достаточный уровень безопасности для того, чтобы обоим партнерам стать перед лицом страхов - своих собственных и другого человека, - только тогда возможна истинная близость. Вместе с тем, долгая остановка на процессе двухсторонних проекций и обвинений отнюдь не способствует росту.

Когда мы снова собрались, все женщины опять всплакнули, переживая по поводу взаимоотношений Марлы и ее парня. Как обычно, казалось, что Папу это вовсе не трогает.

К: Это было замечательно. Мне вчера очень понравилось, как вы, ребята, плакали. Я думаю, что неплохо было бы научить этому и старика.

М: Он не будет плакать.

К: Может быть, однажды вы заставите его заплакать хотя бы по поводу трактора.

Мой комментарий высвечивает здесь оголенный нерв семьи. В то время как женщины полностью включились в ситуацию, Папе опять удалось увильнуть.

М: Да, по этому поводу он будет плакать, обязательно будет!

П: Конечно, буду, когда не смогу его больше водить!

К: Когда вы не сможете больше его водить? Да, я.... это просто очень забавно, я вспомнил, когда мне было около десяти,..... а начал я водить трактор, когда мне исполнилось семь, так вот, когда мне было десять лет, руль вырвался из моих рук, и я оказался в воде. У нас была тогда старая модель трактора, и руль вращался с трудом. Я на пузе выполз на берег реки, а трактор оказался под водой.

Здесь в качестве реакции на волну переживаний Папы по поводу трактора я выдал свои ранние ассоциации на "тракторную" тему. Хотя это была вполне автоматическая реакция, моя собственная картинка послужила усилению подавленного настроения, которое обычно появляется в связи с "тракторными" разговорами Папы.

Ван: (гневно): Я не хочу больше говорить о тракторах! Я не хочу больше говорить об этих чертовых тракторах! Я хочу говорить о Марле! Господи Иисусе! Здесь присутствует человек, которому больно! Мне хочется услышать что-то о Марле. Я хочу слушать о ее парне!

П: Ладно, здесь и вправду перебор. Но рано или поздно ты должна будешь иметь дело и с материальными вещами тоже.

Ван: Хорошо, но я хочу послушать о Марле! Я больше не хочу слышать, как вы говорите об этих долбаных тракторах! Заколебали, блин! Достали!

Взрыв Ванессы сейчас - это оппозиция семейному стилю; гневный и неуправляемый, он представляет собой ее собственный путь продолжения борьбы Мамы и попытки разделить мамино отчаяние по поводу мужчин.

То, что я присоединился к Папе, привело ее к мысли, что все мужчины безнадежны, что все они смотрят на нее, как на трактор.Для них важно только, хорошо ли она работает - в отношении секса или в чем-то другом - если механизм ломается, они теряют интерес к нему. Реакция же Папы на ее страстный призыв была очень обескураживающей.

* * *

Вопр.: Карл, почему вы не стали утешать Ванессу, когда она взорвалась? Может показаться, что вы просто игнорировали ее боль.

Карл: Вот именно! Если бы я стал ее утешать, то оказался бы в роли матери, а не отца, того заботливого человека, который ей нужен, а не того не заботящегося о ней человека, с которым ей необходимо суметь поладить. Ванесса пытается найти человечного мужчину, и ей вряд ли поможет такая находка, как я. Ей нужно найти ее собственного отца! Она должна быть человечной по отношению к нему.

Данная ситуация имеет весьма странный привкус в собственно человеческом отношении. Ванесса злится на него, но это приоткрывает всего лишь ее взрывной характер, а не папину безнадежность и разочарованность.

Вопр.: Вы знаете, вся эта идея о безнадежных мужчинах представляется очень древней. Разве в течение жизни нескольких последних поколений мы не отбросили ее?

Карл: Я думаю, что мы не продвинулись ни на дюйм. Все еще остаемся в рамках того старого классического клише, что единственное различие между мужчинами и мальчиками состоит в том, что игрушки мужчин стоят дороже, и неважно, каковы они - спутник, самолет или психологическая теория. Я думаю, что все мы еще находимся на детской площадке, где нас оставили наши матери.

* * *

За взрывом Ванессы последовало глубокое болезненное молчание. Только приглушенные рыдания Марлы нарушали тишину. Первой начала говорить Мама, инстинктивно пытаясь разрядить создавшееся напряжение.

М: Нечто подобное каждый раз случается...

К: Разрешите ей говорить, Мама.

Я хочу, чтобы они получили возможность испытать боль максимально полно. И если только при этом они слишком быстро не выйдут из данной ситуации, то смогут из нее извлечь определенную пользу.

(Молчание)

Мар: Может быть, мне нужно порвать с ним - я не знаю.

М: Ты уже говорила ему об этом?

Мар: Нет еще.

К: Ты хочешь порвать с ним потому, что семья советует тебе сделать это, или ты сама так хочешь?

Мар: Потому что я так хочу - может быть, семья вовсе даже и не стремится принудить меня к этому.

К: Не кажется ли тебе, что ты можешь с ним порвать, а потом, через пять лет, вернуться к нему опять, если только пожелаешь?

Мар: Я не знаю.

Ван: Может быть, он тебе больше не нравится?

Мар: Нет, я ничего такого не чувствую.

М: Почему же тогда ты хочешь с ним порвать?

Мар: Я не знаю. Я не хочу быть связанной с кем бы то ни было.

Марла приоткрывает болезненную сторону внутрисемейных взаимоотношений, которая, скорее всего, служит причиной нежелания включиться во взаимодействие из-за возможной боли.

М: У него серьезные намерения по отношению к тебе. Разрыв будет труден для вас обоих.

П: Да, это будет трудно. А парень мне нравится.

Позднее я говорил с Ванессой о ее проблемах с мужчинами. Она рассказала о своем обычном подходе к общению с ними - все происходит более или менее нормально до тех пор, пока она не почувствует, что парень приходит действительно к ней. И в этот момент она от него уходит.

К: Может быть, ты боишься, что если ты не уйдешь, то увязнешь так же, как и твоя мать?

Ван: Да, абсолютно верно.

Здесь я привлекаю внимание к влияниям поколений друг на друга. Это может подогреть усилия, направленные к реальным изменениям.

К: Так почему же тебе не помочь Маме встать с колен и противостоять Папе?

Ван: Я пыталась это делать самыми разными способами уже много лет. Мне кажется, именно поэтому я так стремилась к этим сеансам семейной терапии. Я не знаю, как мне противостоять Папе!

М: Никто не знает. Никто не знает, как это сделать. Никто во всей округе не в состоянии ему противостоять. Все делают так, как он скажет, никто не смеет ему перечить.

К: Марла говорит, что она делает именно это. Она не может победить, но действительно борется с ним.

М: Никто не в состоянии его победить.

К: Итак, вы, ужасный старый ублюдок, что вы собираетесь с собой делать?

П: Прожить, сколько будет возможно, а потом...

К: Потом Вы собираетесь умереть, неправда ли?

П: Я полагаю, что альтернативы нет. Это неизбежно.

Здесь я облекаю их гнев на Папу в более красочные слова, надеясь стимулировать процесс.

К: Думаете ли вы, что когда умрете, у нее прекратится артрит?

П: Все может быть.

М: Я так не думаю.

К: Допускаете ли вы, что у нее на примете есть какой-то молодой человек? Может быть, она просто-напросто ждет, чтобы вы убрались с ее дороги, и тогда у нее будет счастливая жизнь.

П: Как я могу судить о таком? Но вокруг много парней.

К: Но вы все-таки допускаете такой поворот дела?

П: Да, я более или менее придерживаюсь того мнения, что люди не должны полностью полагаться на какого-нибудь одного человека. Рано или поздно ты будешь нуждаться в опеке. В ее же случае было бы очень плохо для нее самой и остальной семьи, если рядом не будет никого, на кого можно было бы положиться.

К: Быть может, она пойдет в бар и попросит кого-нибудь об этом?

В то время как Папа не видит здесь проблемы, я продолжаю зондировать почву. Никакого эффекта пока не обнаруживается, но он может возникнуть позже.

Ван: Я думаю, что она полагается на Майка.

М: Да, правда.

Ван: Хотя у Майка продолжение таких взаимоотношений вызывает определенные трудности.

К: Вот почему он не пришел сюда. Не хочет, чтобы знали, что по сути дела является новой опорой для своей матери.

Ван: Он будет здесь завтра.

К: Да, но...

М: Я знаю. Ему не хочется здесь появляться.

Напряжение заметно возросло, когда в фокусе обсуждения оказалась вся семья. Мама обнаружила, что ее собственный путь в чем-то совпадает с дистанцией Папы. Она разделяла мнение о том, что сын занимал в ее жизни центральное место. Папа же опять по сути дела оказался выброшенным из реальной жизни.

П: Это плохо. Если ты будешь слишком полагаться на...

М: Он единственный, кто меня понимает! Он понимает все. Он видит все так же ясно.

П: Когда я уйду, кто-то же будет управлять всем. На ферме он уже давно главный.

М: Для него это слишком большая нагрузка.

К концу сессии Ванесса и Мама вновь обратились к теме невозможности иметь дело с Папой. Хотя эта тема, вообще говоря, была уже “с бородой”, их все возрастающее желание обсуждать ее в присутствии Папы является очень обнадеживающим.

М: Мне это не нравится. До него не достучишься. Он просто уходит. Если же он остается, то включает радио на полную мощность. За столом он только ест и ест ... или же уходит. Я с ним не могу по-человечески поговорить.

Ван: Мне кажется, именно поэтому я взорвалась, когда говорили о тракторах (смотрит на Папу), я злюсь, когда ты не хочешь говорить о том, что происходит с Марлой, или о том, что происходит с мамой. Тебе хочется говорить только о делах на ферме, а нам приходится тебя выслушивать.

Ты говоришь о погоде во время обеда, как будто нет более важных тем для обсуждения. Я знаю, что о важных вещах говорить очень трудно. Вот как сейчас, в случае с Марлой, но мы должны пытаться, постоянно пытаться.

М: Я всегда говорила, что мне надоело сидеть рядом за столом с двумя мужчинами. Они говорят лишь о погоде и работе. О гайках и тракторах. Мне приходится по 100 раз в день их перебивать.

К: Вы действительно еще не сдались, а?

М: Нет.

К: Но ваши усилия напоминают использование резинового молотка для разрушения каменной стены.

7. СЕКРЕТ НЕСЧАСТЬЯ - ДОБИТЬСЯ ТОГО, ЧЕГО ТЕБЕ ХОЧЕТСЯ

"Хуже, чем не добиться желаемого,
может быть только одно -
добиться того, чего тебе хочется".

Правда, которую можно разглядеть в этом на первый взгляд смехотворном утверждении - ужасающа. Мы трудимся и прилагаем усилия для достижения определенных целей. Мы жертвуем этими целями только когда понимаем, что ожидаемая радость будет совсем мимолетной и неуловимой.

И хотя это подтверждалось на протяжении всей человеческой истории, может быть, как раз в моем конкретном случае имеет место исключение. Разве я не особенный? Почему бы мне не испытывать настоящую радость при достижении целей, которые я перед собой ставлю? Возможно, дело вовсе не в том, что достижения бесполезны, а в том, что с их помощью жизнь можно сделать легче, что можно прожить ее без боли, страданий и стыда. Вера в это, вообще говоря, очень деструктивна. В отличие от нее, продуктивной является позиция, при которой вы будете пытаться преодолеть боль, принимая ее. Только принимая боль, мы освобождаемся от ее хватки. Как метко выразился Шелдон Копп, "вы можете убегать, но вы не в состоянии спрятаться".

Стремление к желаемому является разрушающим, потому что само желание часто вводит в заблуждение. Когда мы сфокусированы на достижениях, то обречены на неудачу, даже в том случае, если добиваемся успеха. Когда мы преследуем ложные цели, реакция наверняка окажется соответствующей. Настоящий рост возможен только когда вы станете лицом к лицу с вашей борьбой и примете на себя ответственность за свою жизнь.

Когда сессия возобновилась, семья стала обсуждать сходство между поколениями при ухаживании. Ванесса и Дорис заговорили о том, что они встречались с одним и тем же парнем - конечно, не одновременно. Мама в ответ сказала, что Папа до женитьбы на ней встречался с ее сестрой.

Вскоре мы уже наслаждались тем, что эти ранее хорошо запрятанные образцы поведения сейчас вышли на поверхность. Я предположил, что Марла и Гейл тоже не упустят возможности обменяться парнями. Во время нашего разговора в моем сознании сформировался зрительный образ, чем я с ними и поделился. Так как этот образ возник у меня во время нашего разговора, я считаю, что он принадлежит не только мне, но и им - здесь мы являемся партнерами.

К: Черт бы побрал меня и мои дурацкие идеи. Мой следующий образ - комната мотеля с двумя двуспальными кроватями.

(Пауза)

Это кажется слишком безумным даже для меня. Мне никогда не было до конца ясно, для чего устанавливают в этих мотелях по две двуспальные кровати в каждую комнату.

М: Да, я тоже не знаю.

К: Их можно воспринять как “музыкальные кровати”.

М: ....Когда мы - я и моя мама - поехали на свадьбу моего брата, там тоже были две двуспальные кровати. Мне тогда показалось это странным. Почему бы им не поставить одинарные кровати?

К: Да, или, по крайней мере, обеспечить проживающих парнями.

М: Да, вот именно.

К: Вы бы узнали об этом у управляющего.

М: Конечно, я не узнавала ни о чем таком, и вообще эта мысль мне даже в голову не пришла. Виноград-то зелен!

Эти дразнилки могут иметь очень важную функцию. Они задают установку на более открытое общение, с меньшей долей сознательного контроля.

Желание Мамы участвовать в такого рода обменах репликами отражает ее возрастающее доверие. Она все больше стремится к риску.

В контексте этой атмосферы открытости и позволительности риска Ванесса решила испытать другой шанс. Она опять заговорила о своем парне и попросила помощи.

Ван: Итак, Карл, куда я двигаюсь с моей проблемой парня? Я не знаю, что предпринять!

К: Надеялась ли ты получить решение?

Ван: Да, я ищу какое-то решение.

К: О, счастливого Рождества!

(Смех)

Здесь на поверхность вышла мечта Ванессы о том, чтобы о ней заботились и предлагали решения ее жизненных проблем. Хотя и соблазнительно предложить ей себя в качестве гуру, или мужа, или кого-нибудь еще в том же роде, однако такое решение было бы весьма ненадежным.

Моя реакция: "Счастливого Рождества!" - представляет собой совет быть Дедом Морозом для самой себя. Моя цель состояла в том, чтобы стимулировать ее взять на себя инициативу и ответственность за свою собственную жизнь, дать понять, что ей самой необходимо принять решение.

К: Замечательная мечта! Я сейчас скажу тебе ... какое решение мне только что пришло в голову. Ты можешь стать лесбиянкой!

Ван: Я об этом думала.

К: Вот видишь, так зачем же ты спрашиваешь меня? У тебя уже есть ответ. Тогда тебе совершенно не придется беспокоиться о парнях!

Ван: Но это не работает!

К: Не работает? Но может быть, все дело в том, что ты еще не нашла себе подходящей женщины?

Ван: Я об этом тоже думала.

К: Ты знаешь... Мне никогда не приходилось о таком думать... как ты считаешь, инцест между сестрами является табу?

(Смех)

Между братьями - табу без сомнения, но я не знаю, как это могло бы происходить между сестрами.

Мои зубоскальные предложения разнообразных нетрадиционных "решений" означают дальнейшие попытки убедить ее основываться только на своем собственном выборе. Я не хочу обращаться с ней так, будто она глупа.

К: Жизнь становится такой сложной. Мы могли бы вернуться к старым добрым временам, когда каждому было известно, что такое хорошо и что такое плохо. Все полагались на определенные правила.

М: И нарушали их тоже достаточно часто.

К: Да, но это уже нечто иное. Не существенно, выполняете ли вы правила, главное, что они вам известны. Как если бы вас экзаменовали по десяти заповедям - изложите любые пять из них. Что Вы сказали, Папа?

П: В старые времена или даже сейчас...Взять бы хоть в качестве примера меннонитов. Они были очень благочестивы, но все же и у них был доматериальный (prematerial - *Прим. переводчика.*) секс.

Какая замечательная мужская оговорка! Сказать "доматериальный" вместо "добрачный" (premarital) чрезвычайно показательно, вскрывается нечто существенное.

К: Правда?

П: Я узнал об этом не так давно.

(Смех)

К: Вот почему вы носите эти комбинезоны. Так вы становитесь похожи на меннонитов.

П: Да нет, но я был не так давно на ярмарке...

К: И одна из их женщин предложила вам переспать с ней?

П: Нет, но некоторые люди видели там меноннитов. Они говорили, а я слушал. Они говорили именно об этом. Но я не вполне уверен!

К: Вы не вполне уверены? Почему же вам в таком случае не поехать на следующую ярмарку и как следует все не разузнать!

П: Они проверяют женщин еще до женитьбы.

М: Я думаю, проверяют, могут ли они иметь детей.

П: Даже квакеры это делают! Вы должны убедиться, что и у квакеров это так.

К: Даже и у квакеров! Что ж, имеет смысл убедиться.

П: Точно я не знаю, но я что-то о них читал.

К: Моя жена очень ревнива.

То, что Папа включился сейчас в разговор, показывает его интерес к борьбе, которую ведет его дочь. Его комментарии подтверждают законность ее поисков. Абсурдность, нелепость, почти эксцентричность этого обсуждения является хорошим знаком. Семья на мгновенье преодолела всю тяжесть своей жизненной ситуации и освободилась для игры в мире возможностей.

* * *

Вопр.: Счастливого Рождества! Что вы здесь имели в виду, Карл?

Карл: Это способ сказать нечто, показывающее абсурдность самого вопроса. Это обращение с ней тем способом, который она не может отвергнуть. Жизнь - трудная штука и ощущение абсурда является способом посмотреть на нее в целостной перспективе.

Вопр.: Но она спросила вас: "Есть ли здесь решение? Можете ли вы помочь мне с поиском решения?"

Карл: Если бы я сказал "нет", - это вряд ли помогло бы, а если бы сказал "да", то слицемерил бы. Я же отправил вопрос обратно - вот что я сделал. "Не говори так! Ты

не пятилетний ребенок, ты взрослая и знаешь, что решения нет, и я не хочу позволять тебе играть со мной. В противном случае я тоже буду с тобой играть!”

Вопр.: Но почему же вы обратились ко всем этим безумным альтернативам, ко всем этим нелепым возможностям, которые перечисляете.

Карл: Потому что она приоткрыла свое ощущение тщетности, которое само по себе является безумием. Она приоткрыла свою амбивалентность, а также неумение принимать решения, и я предложил ей безумную альтернативу, которая помогла бы преодолеть ее страх собственного безумия.

У всех нас есть внутренняя и внешняя жизнь, и нам страшно соединить их. Итак, я произвел на свет фантазию, относящуюся к моей внутренней жизни, с которой она не должна соглашаться и даже присоединяться к ней не должна. Однако она видит, что для меня нормально думать таким образом, а значит и она могла бы быть несколько свободнее и позволить себе мыслить в таком же ключе.

Вопр.: Итак, вы представляете себе две параллельные дорожки. Вы как бы двигаетесь в том же направлении, что и они.

Карл: Совершенно верно! На абсурдный вопрос можно дать только абсурдный ответ.

* * *

Мне хочется кое-что добавить ко всему этому. Данную абсурдность и нелепость не следует путать с неадекватностью резонерства или соскальзывания мысли. В действительности абсурдность - это способ углубления в суть ситуации, освобождения от поверхностного давления реальности, а также индуцирование более глубоких и всеохватывающих реакций на происходящее.

В конкретном примере Ванесса попросила определенного решения дилеммы с ее парнем. На этот вопрос в течение нескольких лет она не могла найти удовлетворительного ответа. Я ощущал ее подспудное ожидание и желание получить ответ откуда-то со стороны, от кого-то другого. Она была вовлечена в отчаянные поиски гуру, который мог бы предложить мудрость, так необходимую ей. Вместе с тем, она не может по-настоящему взглянуть вглубь самой себя. Без сомнения, другие пытались помочь ей в этом, предложить то, что она ищет, однако безуспешно. Я же со своей стороны не желаю, чтобы мое имя вошло в список людей, с самыми хорошими намерениями дающих ей советы, но вводящих в заблуждение. Я желаю быть полезным ей, но не хочу ее обижать! Поверхностно прореагировать на ее проблемы - значит дать ей понять, что она слишком глупа, чтобы найти свое собственное решение.

Мне часто приходит в голову мысль, что в работе терапевта самым большим пороком является совет. Это путь ублажения своего собственного “я”, и действуя таким образом, мы как бы заявляем, что знаем лучший путь и тем самым поощряем одностороннюю позицию у клиента. Являясь очень соблазнительным предложением, оно не ведет к развитию, а по сути дела препятствует ему.

Поэтому я стремлюсь огорошить ее фантазией, чтобы заставить вернуться к себе самой как к своему гуру, серьезнее относиться к себе и развить чувство большего самоуважения. Моя реплика: "Счастливого Рождества" - самый короткий путь, чтобы вытащить на поверхность ее фантастические ожидания, что кто-то преподнесет ей решение, как рождественский подарок. Она должна вступить в должность своего собственного Деда Мороза! Это очень похоже на Элли из "Волшебника Изумрудного города", которая все свои надежды связывала с тем, что Замечательный Волшебник ее спасет. Однако, как оказалось, всякий раз у нее уже было собственное решение, хотя сама она этого не сознавала. Точно так же вели себя и ее друзья - Лев, Страшила, Железный Дровосек.

Быть может, Волшебник имел сходную точку зрения. В конце концов, когда к нему впервые обратились за исполнением желаний, он послал их за метлой Злой Ведьмы еще до того, как позволил увидеть себя. Другими словами, он подтолкнул их к использованию как раз тех самых ресурсов, которых, как они думают, им не хватает. Я по сути делаю то же самое. Один из способов заставить семью принимать самостоятельные решения - не только отклонить просьбу указать путь, но и активно предлагать множество дурацких "решений", которые вынудят их обратиться к своим собственным скрытым ресурса. Это сделает очевидным всю нелепость затеи просить кого-то другого решить твои собственные проблемы. Чем более абсурдными представляются мои предложения, тем вероятнее они согласятся сами управлять собственным кораблем.

Однако это гораздо больше, чем просто быть нелепым, или циничным, или незаботливым. Мой отказ взять под контроль их жизненную ситуацию по сути дела является актом заботы... Но это совсем другая забота. Я сказал, что даже не буду пытаться советовать ей, что делать, так как уверен, что у нее самой есть все необходимые ресурсы для самостоятельного завершения путешествия. Такой вид доверия, который предлагает поддержку, необходимую для движения вперед похож на взаимоотношения между родителями и детьми, когда дети должны сами принимать решения по поводу своей собственной жизни. Они не нуждаются в том, чтобы вы принимали решения вместо них, однако было бы совсем неплохо, чтобы вы помогли им в процессе принятия решения. В любом случае необходимо обеспечить им некоторое подспудное чувство поддержки.

Такой тип усилий производит изменения второго порядка, к которым никакой профессиональный совет не в состоянии даже приблизиться. Они дают клиенту понимание, поддержку и уверенность в принятии собственных решений, и в своей последующей жизни он будет уже основываться на них. Избегая ловушек реальности, Ванесса свободна воспринимать себя более серьезно в создании чего-то нового. Если связать это с теми понятиями, которые обсуждались ранее, то можно сказать, что здесь мы имеем дело со Сражением за Инициативу.

Когда сессия продолжилась, Ванесса перешла от поиска решения проблемы парней к разговорам о том, что она не желает быть родителем для собственных родителей.

Ван (обращаясь к родителям): На этой встрече я опять почувствовала, что мне необходимо о вас заботиться.

Дор: Я тоже иногда это чувствую, когда вы рядом. Вы спрашиваете меня, что вам делать? Например, мы приходим домой, и вы говорите: "Нужно ли продавать ферму или строить дом, а?" Я чувствую, что вы возлагаете ответственность на нас, а это вовсе не наша забота.

М: Я думаю, что Майк и Марла думают так же.

Ван: Мне кажется я прихожу в бешенство именно тогда, когда вы используете нас только для того, чтобы мы о вас заботились. Когда я жила в вашем доме и работала на вас, я чувствовала определенность наших взаимоотношений. После восемнадцати эта ситуация меня уже не удовлетворяет, я не хочу работать на вас и заботиться о вас. Я не хочу разделять ответственность за вашу жизнь. Но я чувствую, что вы продолжаете эту ответственность на меня возлагать.

Взять хотя бы дом, который вы никак не можете построить. Или тот факт, что вы нуждаетесь в нас для разговоров с этими бюрократами. Я уверена, что смогла бы собрать все необходимые документы за неделю. Я могу это спокойно сделать, но для вас я ничего такого делать не хочу. Вы же строите ваш собственный дом! Вот что самое важное.

Мне кажется, что с домом дела идут неважно потому, что вам придется в нем жить вместе. Я не думаю, что вы хотите оказаться один на один. Я устала быть отвлекающим объектом в споре о том, что бы вы стали делать друг с другом, когда нас не будет рядом и не на кого будет орать.

М: Да, я думаю, ты права. Это началось много лет назад. Папа тогда обычно говорил: "Хорошо, Мама, ты пойди в церковь с детьми. Поезжай на свадьбу с детьми". Он по сути дела отправлял детей со мной в качестве заменителей себя.

После этой глубоко взволнованной жалобы собственной дочери первым движением Мамы было желание избежать ответственности. Она попыталась прикрыться знакомым и безопасным обвинением Папы как действительного злодея. Себя же она представила просто невинной жертвой.

Мои усилия направлены здесь на то, чтобы поколебать эту позицию. Я хочу, чтобы семья увидела партнерство Мамы и Папы, а не их обычный танец "злодей-жертва".

К: Вы когда-нибудь отдавали себе отчет в том, какие ухищрения вы применяли, чтобы заставить его так поступать?

М: Я не знаю. Я не думаю, что это были ... он просто не хотел со мной ехать. Я не знаю почему.

К: О, я думаю на вашей совести 50% ответственности за это. Я не хочу, чтобы вы приписывали всю ответственность ему.

Мне хочется, чтобы Мама имела возможность осознать свое участие в семейном конфликте. До тех пор, пока она этого не сделала, она бессильна измениться.

О равной ответственности между супругами в конфликтах много говорят, но это, как правило, имеет слабое отношение к действительности. При достаточно серьезном испытании на прочность равенство распадается. А говорить одно и делать совсем другое - значит посеять семена самообмана.

Мне кажется, что проблемы здесь начинаются тогда, когда мы как бы сводим жизненные события в таблицы, производим подсчеты, чтобы определить, кто на самом деле злодей, а кто жертва. Причем список неприемлемого поведения, как правило, необъективный, и все потому, что его “составляют” на основе односторонних поведенческих проявлений, не анализируя в полном объеме последовательность взаимодействия двух субъектов. Мы отмечаем определенное поведение, не обращая внимание на те важные реакции партнера, которые по сути дела являются "нереагированием" и одновременно завершают цикл взаимодействия. И тогда вы наблюдаете "факт" якобы полной последовательности взаимодействия, хотя ее важнейшие звенья могут быть опущены. Любое действие является совместным, даже если эта совместность и скрыта.

Ван: Мне кажется, еще одна причина моей злости - то, что вы не оказываете мне необходимой поддержки при решении некоторых моих проблем. Я чувствую, что не могу положиться на вас как на родителей.

К: Подожди хоть самую малость, не тараторь! Ты говоришь, что хочешь быть взрослой и не заботиться о них и одновременно оставаться ребенком, чтобы они могли заботиться о тебе. Соедини обе части своего разума! Что же ты в действительности хочешь: быть семилетней или восемнадцатилетней?

Здесь я пытаюсь подвергнуть сомнению то, что мне представляется сверхпривязанностью к миру желаний маленького ребенка. Я хочу, чтобы Ванесса приложила необходимые усилия к преодолению своего убеждения в том, что родители продолжают всецело быть ответственными за ее жизнь. Вообще это нормально - желать поддержки и заботы от собственных родителей, но интенсивность ее чувств настораживает. Она как бы остается маленькой.

Ван: Да, я хочу быть взрослой, но я не хочу о них заботиться. Кроме того, я жду некоторой поддержки с их стороны. Я чувствую... Как бы мне это выразить...?

К: Тебе нет нужды это выражать, ты уже выразилась достаточно ясно.

Ван: То что я хочу быть взрослой и ребенком одновременно?

К: Конечно! Ты хочешь, чтобы они о тебе заботились, но не желаешь платить долги. Если ты собираешься быть их ребенком и требуешь заботы о себе, то должна позволить и им быть твоими детьми и заботиться о них.

Ван: Но я не хочу делать ни того, ни другого. Я хочу избавиться от всего этого.

К: Хорошо, в таком случае остается пожелать тебе счастья.

После того как она взвесила предложение или - или, я попытался вернуться к тому, что сопряженные желания - быть независимым от кого-то и одновременно кому-то принадлежать - являются пожизненными спутниками.

Вот как это должно быть! Все происходящее не слишком замысловато, хотя и несет в себе подчас ощущение парадоксальности. Мы проносим через всю жизнь потребность быть опекаемыми и обожаемыми. Я не знаю никого, кто по-настоящему перерос бы эти желания. Параллельно данной потребности развивается нужда в независимости, в том, чтобы быть самодостаточным и автономным. То есть чувствовать, что мы ответственны за свою собственную жизнь и нас никто чрезмерно не контролирует и не опекает. Никто из нас не может вполне преодолеть или, наоборот, полностью принять такое положение вещей.

Итак, две силы остаются на своих местах и борются друг с другом на протяжении всего жизненного пути человека. Мы можем найти много арен, где разыгрывается эта борьба. И решением здесь может стать отнюдь не поиск единственного победителя, а какая-то смесь из этих двух тенденций. Безусловно присущая вам способность к автономности, самодостаточности напрямую связана с вашей способностью быть частью чего-то целого и по-настоящему принадлежать другим. Принадлежность и отделение взаимосвязаны и не представляют собой антагонистических понятий, между ними существует определенная симметрия. Чем больше вы обладаете одним, тем больший доступ у вас имеется к другому. Данные тенденции не противопоставлены друг другу, а скорее друг друга усиливают, их взаимозависимость указывает на интеграцию, как на конечную цель их функционирования.

Как и в случае с другими сторонами нашей эмоциональной жизни, мы оказываемся под влиянием, или вернее под гипнозом тех способов, которыми пользуются наши родители, встречаясь с этими универсальными вопросами человеческого существования. Само обсуждение данных вопросов может служить их демистификации. Прилагать усилия к решению проблемы принадлежности-отделения на публике, открыто - значит предоставить всей семье возможность увидеть ее в ином свете. Они могут начать принимать решения, основанные на том, чего на самом деле они хотят от жизни, а не только на едва уловимой мелодии, звучащей в их головах.

Ван: Среди людей я чувствую себя застенчивой. Я ощущаю себя маленькой девочкой.

К: Не только среди людей, но и наедине с собой?

Ван: О, конечно, да! В этом ведь все дело!

К: Я могу предположить, что здесь кроется причина части твоей амбивалентности... в том, что ты чувствуешь себя маленькой девочкой.

Я пытаюсь помочь Ванессе непосредственно встать перед своим ощущением себя как маленькой девочки, которое не очень-то совместимо с ее желанием быть независимой.

Ван: Да, именно так и происходит, и на работе и с любовниками. Маленькая девочка, сидящая во мне, часто вмешивается в мою взрослую жизнь.

К: Иногда такое ощущение даже бывает полезно. В мире животных подобное явление тоже встречается. Если самка птицы находится в сексуально возбужденном состоянии, она ведет себя как птенец. Таким образом она привлекает к себе самцов. Многие женщины обучились этому трюку... сыграть беспомощную. Посмотри на твою мать. Я подозреваю, что она тоже строила из себя беспомощную, потому-то он ее и взял в жены. Он думал, что сможет выйти сухим из воды, помыкая ею.

Сейчас сила ее беспомощности стала более очевидной для всех. Проблемы взаимоотношений с парнями возникают у нее одновременно с тем, что она сама выступает против того, чтобы соблазнять мужчин женской слабостью. Если она отказывается от тех методов, которыми пользуется ее мать, то прежде всего должна представить, какую цену ей придется заплатить.

Ван: Да, может быть, это хорошо для привлечения внимания, но для более близких взаимоотношений данное свойство вряд ли сработает!

К: Хорошо...

Ван: Хорошо для меня...

К: Так страдать!

Этим комментарием я говорю ей, что радикального решения может вовсе и не существовать и что действительная проблема состоит в том, как лучше перенести боль. Принять боль в качестве партнера в своей собственной жизни и не пытаться избежать ее.

Ван:... или пытаться довести борьбу до конца!

К: ...Возможно как то, так и другое! Если доведешь борьбу до конца, ты будешь одинокой. Видишь, насколько порабощена твоя мать, но она не одинока. Ты можешь применить силу и быть независимой, и не выйти никогда замуж, но тогда останешься одинокой.

М: Это правильно.

К: Так что можешь выбирать. Так или иначе ты должна будешь расплачиваться, и цена в любом случае будет высока.

М: Одной быть очень трудно.

К: Ты не должна выходить замуж до тех пор, пока у тебя есть желание оставаться свободной.

(Смех)

Наш почти легкомысленный комментарий говорит о невозможности одновременно сохранить в неприкосновенности брачный пирог и есть его. Реплика предназначена для того, чтобы уничтожить ее фантазию о замужестве как лекарстве от одиночества. Часто брак усиливает одиночество!

Это обсуждение касается фундаментального противоречия человеческого бытия между желанием быть взрослым и одновременно нежеланием быть одиноким. Самое сложное здесь заключается в универсальном заблуждении, что мы можем в течение любого сколь угодно длительного промежутка времени обладать как тем, так и другим. Может быть, однажды мы придем к тому, что борьба является диалектикой человеческой жизни, ее центром и не предполагает универсальных решений.

Представление о браке в нашей культуре являет собой едва ли не самую продвинутую форму данной дилеммы. Как однажды мастерски выразился Хельмут Кайзер (1965), мы входим в брак с вполне развитым "бредом слияния". Это напоминает симбиоз младенца с матерью. Все мы ожидаем, что как только прозвучат брачные клятвы, наши жизни тотчас станут целостными, пустота внутри и вокруг нас заполнится и наши потребности будут полностью удовлетворяться. Даже если данная последовательность событий и происходит в течение какого-то ограниченного времени, на следующее утро все представляется в гораздо более тусклом свете. Наиболее трогательным в данной иллюзии является убеждение, что не только само слияние замечательно, но что и после слияния ты будешь самодостаточным. Близости очень ждут и предполагается, что сама жизнь будет следовать тем фантастическим сценариям, которые нами задуманы. К несчастью, супруги имеют тенденцию к несовершенству. В конце концов, чем сильнее будет стремление к близости, тем больше будет взаимных придирок и разочарований.

Первый этап в преодолении этого "бреда слияния" - самому состояться как человеку. Основные "ингредиенты" целостного человека "она" и целостного человека "он" необходимы для создания такого образования, как "мы", посредством чего только и может быть достигнута близость. Если "ему" или "ей" не хватает взрослости, то сам процесс становления "мы" будет переполнен сложностями, непониманием и разочарованием.

Оставляя Ванессу наедине с репликой: "Тебе не следует выходить замуж до тех пор, пока ты хочешь быть свободной", - я пытался подвергнуть сомнению ее фантазию "они жили-поживали да добра наживали". В нашей культуре в чистом виде сохраняется фантастические представления о том, что брак - это цель, которой нужно достичь, а не процесс, в который необходимо вступить. Забавно, как редко правила и маневры ухаживания адекватно соотносятся с реалиями супружеской жизни.

Хотя беседа, представленная выше, велась между мной и Ванессой, комментарий Мамы показывает, что она признает значимость обсуждаемой темы. Выбор, сделанный ею и Джоном, подчеркнут как волевой акт, а не как случайность. Обычное объяснение, используемое столь многими супружескими парами - "временное сумасшествие", - применительно к их конкретному выбору брачного партнера, не соответствует действительности.

Состоявшееся публичное обсуждение динамики выбора брачного партнера открывает возможности для более ясного видения ситуации всеми членами семьи. Сейчас они уже могут активно включаться в те взаимоотношения, в которые хотят, фантазировать по их поводу и проверять их же. Слушая эти словесные баталии, выраженные достаточно определенно, дети смогут избежать наследственных семейных образцов и повторения тех ошибок, к которым они восприимчивы уже потому, что включены в семейную систему. Теперь они будут менее склонны к сверхкомпенсации по отношению к тем проблемам, которые видят у своих родителей, подсознательно стремясь найти

партнера с противоположными личностными свойствами. Конечно, это в конце концов оборачивается слабо завуалированной копией тех самых паттернов, повторения которых они стремятся избежать. Что же касается родителей, то поскольку их “танцы” публично обсуждались, взаимоотношения между ними теперь уж никогда не будут точно такими, как были. Они могут выбрать повторение шагов “танца”, но не в состоянии полностью восстановить тот же уровень комфорта, безразличия и бесстрастности, когда вновь станут “танцевать”.

Однако хорошо устоявшиеся паттерны умирают медленно. Ниже Мама приводит еще один пример того, как ее оставили одну с детьми. Хотя, по сравнению с предыдущим примером, здесь имеются существенные различия, - она пытается доказать, что в данной ситуации может попробовать кое-что посильнее. Хотя она произнесла фразу: "под дулом пистолета" в игриво-капризной манере, во всяком случае без намерения сделать что-то реально, я попытался принять сказанное всерьез. Тем самым я хотел повлиять на ее воображение.

М: Нам не удавалось побыть вместе скорее всего потому, что всегда вокруг были дети. Они всегда тащились за мной. Пару раз я говорила: "Знаешь, Джон, пойдем со мной в автоматическую прачечную". Конечно, я не приказывала ему делать это под дулом пистолета, как должна была бы.

К: А пистолет-то у вас хоть есть? Вы могли бы обзавестись маленьким итальянским "Беретта” - он совсем небольшой, можно носить в сумочке. Имейте в виду, что 25-й калибр гораздо лучше 22-го.

Очень здорово было прицепиться к идее Мамы под дулом пистолета заставить Папу участвовать в ее делах. Это льет воду на мельницу маминого решения быть личностью.

М: В последний раз я ему пробовала предложить что-то в этом роде...

К: Вы бы могли воспользоваться электрическим устройством, которым скот загоняют. Вы знаете, что это такое?

М: Да.

К: Эти устройства прямо-таки замечательные. Тогда каждый раз, когда захотите, чтобы он куда-то с вами пошел, вы должны сказать: "Пожалуйста, Джон, зззззззззт!”

М: Он всегда говорит: "Я устал и хочу спать!"

К: Но он изменится. Я сейчас как будто слышу его голос: "Сейчас я устал и хочу спать.... аааааааааааййййййй!"

М: Конечно, в таком случае он изменится.

К: "Хорошо. Давай пойдем на танцы. Только не касайся меня больше этой штукой!"

Наше метафорическое обсуждение подвинулось ближе к дому с утварью, которая безусловно известна фермерской семье. Содержание этого разговора может заставить Папу проснуться. Расширяя фантазию через обсуждение того, как все это будет выглядеть по-настоящему, мы добавляем в ситуацию компонент реальности.

Позже опять обсуждалась тема Ванессы и ее парней. На поверхность всплыл ее способ привлекать мужчин, используя образ маленькой девочки.

К: Итак, теперь ты знаешь, как тебе поймать кого-то на крючок, если решишь, что именно данный парень тебе подходит.

Ван: Просто быть 7-летней девочкой.

(Смех)

К: Он может купить тебе большую куклу.

Конкретизируя аспект "маленькой девочки" как одну из причин ее амбивалентности, я надеюсь, что она обретет большую свободу выражения.

Ван: Господи! Я чувствую, что разговор становится все нелепее и нелепее!

К: Да, но это уже было достаточно нелепо само по себе, без всякого моего вмешательства. Я же лишь пытаюсь более ярко живописать ситуацию.

(Смех)

Я хочу, чтобы они продолжали сами отвечать за свою собственную жизнь. Ее протест против нелепости ситуации является просто-напросто очередной попыткой возложить ответственность на меня. Я же, конечно, эту возможность отклонил.

Ван: Я понимаю, к чему вы клоните. Действительно, общаясь с мужчинами, я вхожу в роль ребенка, хочу, чтобы они заботились обо мне и лелеяли меня. Было бы хорошо, если бы и родители тоже удовлетворяли мои потребности, но я думаю, что они для этого не подходят.

К: Отчего же нет?! Твоя мама очень даже подходит, но только в том случае, если ты возьмешь ее к себе на службу и будешь платить жалованье.

Ван: Отлично! Полный обмен!

Мар: Быть может, твой гуру дает тебе все это без намерения получить что-либо взамен?

Ван: Да.

К: Ты уверена? Он ведь захочет взамен твою душу, не правда ли?

Ван: О, да! Конечно!

(Смех)

Я отдавала свою душу!

Жизненно важно разоблачить убеждение, что кто-то другой сможет сделать нечто существенное для вас. Если отдать свою душу гуру, на какое-то время можно успокоиться, но, чтобы по-настоящему стать личностью, вы должны свою душу вернуть.

Когда беседа приближалась к концу, Папа решил включиться в разговор в еще более личностной манере. Как было уже замечено ранее, чувство все возрастающей открытости в семье теперь сделало для Папы безопасным путь к дальнейшей откровенности. Он спросил, не было ли причиной выкидышей то, что он распылял гербициды, уничтожая сорняки. Его не покидало чувство вины за четыре выкидыша у Мамы, и он связывал каждый из них со своей работой на ферме.

К: Вы говорили когда-нибудь об этом Маме раньше? О том, что вы чувствуете свою вину по этому поводу?

М: Нет.

П: Мы обсуждали с ней, что мне не по душе использовать эти химикаты.

К: (Маме) Он не безнадежен и еще станет человеком. Все эти годы он жил с таким чувством вины и никому об этом не говорил. Ни вам и никому из детей. Знал ли кто-нибудь из вас об этом?

Дор: Нет.

К: Почему вы не разговариваете с людьми, глупец!

П: Все может быть. Иногда не хочется думать о плохом, пока оно не станет очевидным.

К: Я имею в виду отнюдь не факты. Я имею в виду разговоры о ваших страданиях. Они говорят вам о своих, почему же вы о себе молчите?

Оказывается, защитная оболочка Папы предназначена не столько для того, чтобы не допустить других в собственный мир, сколько для того, чтобы сделать незаметной свою боль. Я же предложил другой путь.

Хотя все вышло на поверхность в слегка замаскированной форме, тот факт, что Папа вынес проблемы своей внутренней эмоциональной жизни на суд семьи, является очень впечатляющим. После стольких лет сокрытия своего чувства вины и ужаса, которые были связаны с тем, что распыление гербицидов возможно привело к выкидышам, он наконец-то ищет путь к облегчению своих страданий. Его попытка стать более человечным является свидетельством существования потенциала роста в этой семье.

Это типичное явление в процессе семейной терапии. Когда на сессии сложилась терапевтическая атмосфера, разные члены семьи оказались достаточно смелыми и почувствовали себя достаточно комфортно, чтобы принять более личностную позицию. Как только стало ясно, что боль на самом деле не является врагом и внутрисемейная борьба не окончится уничтожением какой-то из сторон, на поверхность вышла собственно человеческая сторона всего происходящего.

Я хотел специально подчеркнуть тот риск, который взял на себя Папа, когда убедился, что не останется незамеченным. Такая ситуация - редкость в данной семье и может вывести на путь позитивных изменений. Мои усилия были направлены на поддержку такого рода изменений во внутрисемейных отношениях, и я дразнил Папу по поводу риска действительно стать человеком. С ним нельзя быть слишком сентиментальным и говорить высокопарно. Я хочу, чтобы дети поняли: он гораздо более сложнее того поверхностного образа "отдаленного" отца, который уже сложился. Пусть он играл эту роль много лет, ему необходимо как-то вырваться из нее и не погибнуть. Моя задача - помочь им увидеть, что он человек, полный чувств, страхов и слабостей, а не только законсервированный стоик.

Обозвать его глупым - еще один способ бросить вызов этой роли Папы и в то же время поддержать выходящую на первый план личность. В этом аспекте назвать человека глупым - очень хороший способ привлечь его внимание. Потом я бы хотел предложить ему другой путь бытия, уже не такой глупый - говорить с семьей о своих проблемах, о своем внутреннем мире. Если раньше он жил с установкой, что показывать свою эмоциональную жизнь глупо, сейчас я хочу склонить его к мнению, что глупо сдерживать свою боль. Когда такая точка зрения исходит от другого человека, быть может, он будет в состоянии принять ее к рассмотрению.

Молчание Папы в течение всех этих лет, конечно, не является функцией только его личности. Семью тоже необходимо принять во внимание. Возможно, никто в семье в действительности не хотел знать о такой его стороне. Может быть, его вынудили уйти в изоляцию или как-то отпугнули. Навязанный образ мужа-папочки, смахивающий на плюшевого медведя, действительно может сильно напугать.

8. ЗАБОТА, КОТОРАЯ ВСЕГДА С НАМИ

Один из самых сложных аспектов работы терапевта состоит в том, чтобы проявлять заботу таким образом, чтобы она способствовала росту, а не разрушала или просто давала новую информацию. Большинство из нас вступают в профессиональную деятельность, обладая способностью к эмпатии и заботе, лежащей глубоко внутри нашей личности. Мы обычно достаточно хороши как заботливые люди в традиционном смысле поддержки и понимания. Эти качества действительно являются основными для нашей профессиональной роли. Без них мы не в состоянии ничего сделать. Для того чтобы помогать по-настоящему, мы должны чувствовать боль наших клиентов и уважать борьбу, которую им приходится вести.

Все это очень существенно для работы семейного терапевта, но не достаточно. Если мы можем предложить только такой вид заботы, терапевтические взаимоотношения будут очень ограничены. Как и в любых других видах социальных отношений, близость может расти и развиваться только как результат настоящего взаимообмена и реальной борьбы.

Для того, чтобы быть по-настоящему заботливыми, вы должны развивать в себе способность к противостоянию. Вы должны быть готовы бросить людям вызов, чтобы обратить их лицом к проблемам, существование которых они, как правило, предпочитают не замечать.

Когда я подталкиваю всю семью или кого-то из ее членов занять позицию в терапевтической системе, я убеждаю их в том, что забочусь о них. Я даю им понять, что знание, которым я располагаю, не позволяет мне обращаться с ними как с несамодостаточными индивидами.

Конечно, голая конфронтация, без заботы, редко является сколько-нибудь ценной. Садизм же, скрывающийся за личиной самодовольного профессионализма, по сути дела является грязным обманом.

Настоящая забота требует определенного сочетания опеки и противостояния, интеграции любви и ненависти как взаимосвязанных явлений. По своей природе они скорее взаимодополняющие, чем антагонистичные. С возрастанием вашей способности к любви возрастает и способность ненавидеть. Ваша заботливость позволяет вам противостоять людям и одновременно быть им полезными, не проявляя насилия. Противостояние же без заботы - просто садизм.

Другой аспект заботливости связан с широтой спектра эмоций, которые вы испытываете по отношению к вашим клиентам. Богатство и разнообразие нашего эмоционального мира обычно увеличивается с течением времени, проведенного вместе. И здесь может проявиться весь спектр эмоций - от любви до ненависти. Клиенты не оставляют без внимания чувства терапевта по отношению к ним и соответственно реагируют на них.

Еще одним существенным компонентом заботливости является необходимость проявлять уважение к возможностям и способностям наших клиентов, что частично связано с осознанием наших собственных ограничений. Хотя семьи могут обращаться к нам в разгар кризиса, их ни в коей мере нельзя считать беспомощными. Благодаря взаимозависимости членов семьи у них имеются громадные ресурсы, которые могут быть использованы. Выражение "один поцелуй матери стоит тысячи поцелуев терапевта", несомненно, верно. У семьи есть потенциал помощи друг другу и поддержки взаимного роста. Наш потенциал по сравнению с ними намного слабее.

Как ни странно, самым сильным источником нашего влияния является способность быть искренними. Они учатся быть настоящими по отношению к нам в той мере,

в которой мы искренни с ними. Отчасти это означает, что никогда не следует предавать самих себя. Если вы с уверенностью можете утверждать, что являетесь действительным центром *вашего бытия*, они становятся центром *своего* собственного бытия. Разделять с ними иллюзию, что вы представляете собой как раз то самое божество, в котором они нуждаются, бесполезно как для них, так и для вас. Негодование и разочарование, возникающие во время встречи и после нее, как раз связаны с данной позицией. Часто я говорю семьям: "Послушайте, я здесь нахожусь вовсе даже не ради вас. Я здесь для себя и собственного опыта". Я хочу, чтобы они осознали свою собственную силу и ответственность.

Когда мы вновь встретились с семьей, в центре обсуждения оказались вопросы о моей заботе и их ресурсах.

Третий день работы был ознаменован появлением Гейл и Майка - брата и сестры, которых не было на предыдущих сессиях. Когда наконец-то собралась вся семья, воздух опять наполнился мрачными предчувствиями и ощущением неопределенности. В какой-то мере это естественное следствие того, что среди нас появились новые лица. В известном смысле Майк и Гейл вклинились в уже установившуюся систему взаимоотношений. Их статус полноправных членов семьи не подвергался сомнению, но их позиция в терапевтическом взаимодействии была неясной.

К: Я не знаю, как мне ввести тебя во все это, Майк. Они рассказали тебе о сути дела?

Майк: Не совсем. Но вы можете просто продолжать, не обращая на меня внимания.

К: Но если я так поступлю, тебе придется непросто. У меня такое чувство, что все члены семьи равным образом безумны. Мы пытались выявить безумие у каждого без исключения. Мне известно, что тебе нравятся моторы и что ты настолько безумен, что собираешься принять дела на ферме от старика. Это, конечно же, безумие, так как он всегда будет смотреть из-за твоей спины на то, что ты делаешь с "его" фермой. Итак, может быть, ты поделишься некоторыми сторонами своего безумия?

Майк: Что вы хотели бы, чтобы я здесь показал?

К: Ну, не знаю - например, до какой степени ты можешь в принципе обезуметь... или насколько безумным ты был когда-то. Как если бы ты считал себя хозяином своей собственной жизни вместо того, чтобы разрешить семье управлять ею.

Майк: Не знаю, я во все это не вмешивался.

К: Что ты будешь делать, когда старик переедет в новый дом и перестанет тайно наблюдать за тобой? Женишься? Или же заставишь работать свою сестру?

Майк: Не знаю, может быть, предложу другим людям переехать туда. Знакомым ребятам.

К: А это действительно идея! Ты можешь положить начало мужской общине. Но для этого тебе надо будет обзавестись хорошим поваром.

Майк: Да, кем-то, кто действительно смог бы помочь.

К: Ты можешь дать объявление о поваре в один из журналов для гомосексуалистов.

Майк: Это меня не интересует. Я бы позвал друзей.

Ввести нового участника в уже установившуюся группу всегда непросто. Не удивительно, что Майк осторожничает и не желает слишком обнажать свой внутренний мир. Но не только из-за неудобства сложившейся ситуации - таков его собственный стиль, и прежде чем рисковать, он должен адаптироваться к условиям. Это может отражать его ощущение, что является безопасным в семье.

Между тем наступил последний день нашей работы, поэтому времени для неторопливого вступления и раскачки нет. Однако, как и любому другому члену семьи, Майку нужно, чтобы его ввели в курс дела. Когда он ушел от моего прямого приглашения к самопредъявлению, я возвратился к той формулировке, которая была выработана семьей раньше - по поводу сексуальности. Когда я спросил его о женитьбе и он ответил мне, что с большим удовольствием пригласил бы друзей жить с ним - моя реакция была автоматической. Реплика по поводу журнала для гомосексуалистов являлась отраженной, не спланированной заранее.

Приложив такие усилия и убедившись в том, что Майк худо-бедно включился в ситуацию, я обратился к Гейл. Я знал, что в семье она играла роль профессионального козла отпущения, и, несмотря на то, что эта роль безоговорочно принималась всеми членами семьи, я начал с того, что бросил вызов данному статус- кво.

К: Знаешь, Гейл, одна из ситуаций, которую мы обсуждали, состояла в том, как много в Маме от простушки. Очевидно, что для всех членов семьи она является как бы дурочкой. Слушая ее, я заинтересовался, пыталась ли ты играть ту же роль в семье вместо нее.

Гейл (Г): Не знаю, подхожу ли я для роли дурочки. Я просто хочу быть сама собой... не обязательно такой, как моя мама.

К: У нее не было возможности быть самой собой, поэтому тебе не стоит повторять ее путь!

Г: Не думаю, что в этом отношении я похожа на нее. Я - это я. Хочу быть собой.

К: Считаешь ли ты, что у тебя есть какой-то шанс добиться этого?

Г: Надеюсь.

К: Это не ответ! Ты лукавишь со мной. Скажи прямо, существует ли какая-нибудь предпосылка к тому, чтобы именно так и было?

Г: Мне бы очень этого хотелось.

К: И опять это не ответ! Удастся ли это тебе на самом деле?

Г: Да.

К: Ты думаешь, что тебе это удастся? Но это потребует очень много усилий и мужества с твоей стороны.

Здесь Гейл ведет себя очень уклончиво и неопределенно. Я же склоняю ее к тому, чтобы она давала точные ответы и в тоже время отказываю ей в праве быть “никем”, она должна двигаться в направлении большей личностности. Кроме того, все что говорится, нацелено также и на Маму.

К: С кем тебе придется бороться?

Г: Не знаю... По правде говоря, я вовсе не должна с кем-то бороться. Мне необходимо прежде всего справиться с собой. Я должна научиться делать все самостоятельно.

К: Ты знаешь, я этому не верю. Тебе придется научиться бороться с ними, если ты собираешься все-таки быть личностью, вместо того чтобы оставаться в роли семейного Иисуса Христа.

Я сейчас сильнее нажимаю на то, что актуально для всей семьи, - обыкновение быть "не-личностью". Здесь свобода и мужество для борьбы, а также вызовы друг другу являются очень существенными. Я моделирую эти качества и склоняю их к принятию данного стиля поведения. Возможно, они решатся пойти на такой риск.

Прибытие Гейл позволило обострить этот вопрос. Ее страх личностного бытия очевиден, и вся семья склонна рассматривать ее как нефункционального индивида. Мое открытое единоборство с ней позволило четко сформулировать вопрос о неличностном существовании, что может подтолкнуть и других членов семьи посмотреть на самих себя более честно.

Когда мы возобновили работу, борьба продолжилась.

К: Если бы ты оставалась в пеленках, я думаю, что мама была бы очень довольна. Она могла бы тогда не замечать своего собственного возраста. Но как только ты пытаешься стать личностью, вместо того, чтобы быть ее младенцем...

Г: Я пытаюсь. Я думаю, что эти качества формируются лишь с годами.

К: Здесь кроется одно из беспокоящих меня заблуждений. Не говори, что ты пытаешься! Попытки делу не помогут! Толк будет только тогда, когда ты на самом деле добьешься этого. Подобно тому, как если бы кто-то утверждал, что пытается заработать деньги. Смысл не в попытках, а в реальном заработке. И ты можешь быть сколь угодно неудобной, невыносимой для других в стремлении добиться своего. Тебе когда-нибудь приходилось учиться быть именно такой?

Мое рямое нападение на ее “неличностный статус” было подлинным. Я опасался, что она пожертвовала своим личностным бытием, чтобы спасти семью. Я пытаюсь проникнуть в эту область, чтобы помочь ей выработать более серьезный взгляд на свою собственную жизнь. Гейл необходимо научиться защищать себя и перестать быть семейной дурочкой.

Г: О, это тоже очень важно! Я по сути своей слишком хорошая, чтобы быть неудобной и невыносимой.

К: Именно об этом я и беспокоюсь. Такова ваша мать. Она слишком хорошая даже для того, чтобы попасть в рай. Не думаю, что они там в раю смогут вынести ее присутствие. Бог окажется в большом замешательстве.

Г: Она хорошая женщина.

К: Это ужасно! Это оскорбительно! Ей должно быть стыдно за себя. Это означает, что она вовсе даже не личность - она вещь.

Мне здесь важно поколебать ее убеждение в том, что быть пассивной жертвой - адекватный способ личностного бытия. Я хочу указать на то, что такая установка снижает уровень собственно-человеческого в индивиде. Но больше всего я стараюсь заставить их яснее увидеть ту отвратительную цену, которую всем им приходится за это платить.

Г: Она - личность.

К: У меня нет никаких доказательств этого! Я вижу только боль, страдания и опустошенность. Я даже не верю ее истории о старике. Я думаю, что именно она способствовала тому, чтобы он стал таким, каков он есть. Она принудила старика помыкать собой, и таким образом все эти годы оставалась “никем” и его же в этом обвиняла. Создается впечатление, что ты делаешь то же самое.

Г: Нет, я не совсем такая, как она.

К: Ты просто моложе, не так ли?

(Смех)

И опять приоткрылась другая сторона монеты. Роль мамы - жертвы сейчас выглядит как будто бы созданной ею самой. Папа же представлен как мамин сообщник. Он потому и находится рядом, чтобы всегда нести на себе груз ее обвинения.

К: В глубине души ты когда-нибудь бываешь недоброжелательной? Подобно тому, как если бы тебе хотелось всех их поубивать?

(Пауза)

Одна из моих дочерей в 10-летнем возрасте проснулась однажды ночью с плачем и сказала, что ей приснился плохой сон, и что она должна убить всю семью.

Г: Это очень похоже на ночные кошмары!

К: Конечно, это был ночной кошмар, и она о нем никогда больше не вспоминала. В отличие от меня, так как я беспокоился, что на следующий день она меня застрелит. Тебе необходимо учиться быть кровожадной! Для того, чтобы стать личностью, тебе необходимо уметь убивать людей мысленно. В противном случае ты придешь к тому, что тоже станешь простушкой. У Мамы никогда не было смелости даже в мыслях убить кого-то, пока на ее пути не оказался я.

(Обращаясь к Маме): Если бы вы собирались убить меня, как бы вы это сделали?

(Смех)

Делясь с ними кусочком из моей собственной жизни, касающимся побуждений к убийству, проявившихся во сне, я предполагаю, что само существование таких побуждений - нормальное. Если они встречаются и в моей собственной жизни, то, конечно же, они нормальны. Может быть, благодаря этому члены семьи будут вести себя более открыто.

К: Положили бы вы толченое стекло в суп?

Дор: Она могла бы утопить вас в посудомойке.

Майк: Полить вас кипятком!

К: Или же кипящим топленым салом!

Дор: Конечно, сала-то вокруг предостаточно.

Отталкиваясь от предыдущих попыток нормализовать кровожадные импульсы, я пытаюсь сделать так, чтобы для семьи стала очевидной ситуация "здесь и теперь". Я хочу, чтобы все члены семьи в итоге признали, что они - люди. Хотя Мама прямо не реагирует на происходящее, дети с явным удовольствием участвуют в этих вариациях с кровожадной подоплекой, что является позитивным знаком.

* * *

Вопр.: Карл, мне не совсем понятно, зачем было столько внимания уделять всем этим импульсам насилия и кровожадности? Более того, зачем вам понадобилось просить Маму рассказывать о том, как бы она убила вас? Все это по-настоящему безумно.

Карл: Ладно, разрешите мне продвинуться еще на одну ступеньку. Мы уже говорили о сексуальности и о том, как вы можете вывести ее на поверхность и таким образом сделать внутренние фантазии менее пугающими. Здесь имеет место аналогичное явление. Единственная вещь в мире, более важная, чем секс - это смерть! Как хорошо заметил Камю: "Вы не можете задавать себе никаких вопросов до тех пор, пока не решили, имеет ли смысл жить".

Итак, я предполагаю, что... Гейл очень здорово подметила, что она оказалась "не личностью". И делала она это по сути для того, чтобы не развивался мамин артрит, чтобы удержать Маму от признания факта собственной старости, чтобы избавить ее от неприятных чувств, связанных с браком. Я обвиняю Гейл в пренебрежительном отношении к собственной жизни! В выражении любви к матери таким способом, в котором та вовсе не нуждается. Я утверждаю, что ей нет необходимости оставаться в пеленках и что единственный способ преодолеть все это - обучиться самой быть опасной для других, быть насильницей, недоброжелательной, подлой, кровожадной!

До какого-то момента можно было продвигаться в работе на основе всей этой абсурдности и дразнилок. Потом мне пришлось перейти к Маме - я предположил, что Гейл может научиться недоброжелательности только в том случае, если таковой будет ее Мама. До сих пор Мама не отваживалась быть недоброжелательной. Я же дал ей возможность возненавидеть меня. Я спросил, как бы она меня убила, если бы решилась на это? Слово "если" делает возможными полеты ее фантазии, что, как я иногда говорю, представляет собой "засевание подсознания". В систему вводится нелепая информация, но именно это дает импульс к формированию символического опыта, который позднее станет очень значимым. Впоследствии она, возможно, будет в состоянии говорить о том, как бы меня убила.

Вопр.: Но не опасно ли это? Не опасно ли стимулировать ее к фантазиям на эти темы, которые могут по прошествии времени заставить ее уже не только размышлять, но и действовать?

К: Но это ведь совсем другое дело! Вовсе не разговоры об убийствах делают их опасными. Равно как разговор о сексе не делает его опасным. Опасно притвориться, что все это не имеет ровно никакого отношения к реальной жизни. Это то же самое, что заявить вашей дочери, отправляющейся на свидание: "Надеюсь, сегодня вечером ты неплохо проведешь время" - вместо того чтобы сказать: "Не забывай! Как только ты выйдешь за порог дома, ты сама отвечаешь за то, окажешься беременной или нет. Я же не несу ответственности за это!"

Вы становитесь лицом к лицу с негативной реальностью в фантазиях, чтобы избежать ее в реальной жизни. Вы не можете притвориться, что ничего такого просто не существует! Все мы кровожадны!

* * *

Как мы уже убедились, универсальность мира импульсов представляет собой психологическую реальность, которая в определенной степени недооценивается, а часто игнорируется вовсе. Наилучший способ вновь открыть ее, соприкоснуться с ее силой - это заглянуть в самих себя. Очень высокомерно рассматривать мир импульсов клиентов лишь с удобной для нас профессиональной позиции. Если импульсы к убийству представляют собой универсальный феномен - а я уверен, что это так и есть, - то в таком случае мы можем найти их и внутри себя. Что же означает, если мы их в себе все-таки не находим? Доказывает ли это их отсутствие? Или же свидетельствует о том, что они являются лишь свойством определенной группы людей - наших пациентов? Но, может быть, мы просто не осмеливаемся взглянуть поглубже в наш собственный внутренний мир.

Безумие думать, что вы можете работать с семьей и миром ее импульсов, если не имеете доступа к вашему собственному миру импульсов. И это даже хуже, чем безумие! Это очень опасно для всех! Долгое время я имел обыкновение носить с собой список из шести человек, смерти которых я бы желал. Когда же они один за другим стали умирать, список сократился и мне показалось, что наступило время составить новый!

Хотя предыдущая сессия очевидным образом касалась очень важных для семьи вопросов, у меня не было возможности активнее помогать им в поисках доступа к загнанному внутрь гневу. Неожиданно мне в голову пришла одна ассоциация. Я вскочил и вышел из комнаты в поисках подходящих диванных подушек. Идея использовать подушки не была подготовлена заранее и родилась в процессе непосредственного взаимодействия с семьей. Я возвратился через несколько минут с четырьмя диванными подушками в руках - двумя красными и двумя голубыми.

К: Вам нравятся красные или голубые?

Г: Мне нравится красная.

К: Мы дадим старику вот эту. Она вроде бы повреждена, все вещи стариков имеют тенденцию портиться.

(Смех)

И опять семья прореагировала на косвенный намек сексуального характера.

К: Хотите эту? А вы? К сожалению, я смог достать лишь четыре. Мне кажется, я могу доказать, как замечательно колотить друг друга по голове этими мягкими подушками, которые на самом деле не могут причинить вреда.

(Члены семьи держат подушки в руках, но, по всей видимости, не знают, что же с ними дальше делать).

К: Вы можете стукнуть ею очень сильно, вреда от этого не будет.

Я видел, как им трудно открыто выражать собственный гнев, и решил сменить механизм воздействия. Я чувствовал, то нахожусь в тупике, пока все мы перебрасываемся только словами, и надеялся, что если введу в ситуацию битье подушками, то это поможет высвободить эмоции моих клиентов.

(Мама мягко ударила саму себя подушкой)

Ван: Ты ударила себя в точности так же, как Марла.

К: Да, Марла сделала то же самое.

Мар: Я просто ее проверила.

К: Ты просто ее проверила? Вчера я подумал, что у тебя есть все шансы вырасти в человека. Ты мне вовсе не показалась ханжой.

Мар: Многие мне говорят такое.

К: Тресните ее этим по голове и проверьте, как оно работает.

(Потом Папа легонько ударил Маму и она отплатила ему тем же. Несколько раз она стукала его подушкой по голове, он же только опускал руки и пассивно принимал удары. Дети все это время визжали и смеялись в тревожном наслаждении.)

Сильнее! Сильнее! Сильнее!

Когда Мама разогрелась, она превратилась из сгорбленной, потерпевшей крушение женщины в активное, агрессивное, полное сил человеческое существо. Подушки здесь послужили сразу двум целям: они усилили ее внутреннюю агрессию и одновременно способствовали выходу этой агрессии наружу.

Самой замечательное, что все происходящее было окрашено в цвета "если бы", "якобы. Когда Мама била Папу, подушка одновременно являлась и бутафорией и реальной бейсбольной битой. Это была лишь игра. Нет, не игра, а реальность! Это игра! Это реальность! Игра! Реальность!

Мама и вся семья узнают нечто важное о своих чувствах. Они проходят сквозь опыт, в котором их кровожадные импульсы не приводят к убийству. Зная это, они могут свободно выражать свои чувства.

К: Он не собачка. Вам нужно лучше работать!

М: Сейчас ты ударь меня.

(Смех)

К: Она больше простушка, чем он.

(Папа снимает очки.)

К: Сейчас, когда он снял очки, вы можете заняться им по-настоящему. Ударьте его по лицу!

М: Этим? Нет. Это может ему повредить.

К: Совсем наоборот. Ему будет вовсе не плохо. Во всяком случае, с его длинным носом ничего не случится.

По мере того, как Мама выходит из такого необычного для нее взрыва агрессии и гнева, она пытается отгородиться от происшедшего. Я же хочу дать ей понять, что все это видел и считаю архиважным. Слишком важным для того, чтобы действовать так, будто ничего не произошло. Предлагая ей быть еще жестче и беспощаднее, я надеюсь ликвидировать тот тип вины, который заставляет ее прятаться и все отрицать.

* * *

Вопр.: Что вы можете сказать по поводу сцены с подушками? Все это представляется мне очень опасным. Рискованно способствовать тому, чтобы люди переносили такого рода импульсы в свою реальную жизнь.

Карл: Это неправильно. В реальности происходит как раз обратное. Именно те люди, которые не умеют проигрывать и разряжать свои импульсы, именно они в действительности становятся насильниками. Это те самые хорошие ребята, которых стоит опасаться. Конечно, есть еще и преступники, но сейчас не о них речь. Обычные же люди находятся под страхом своих собственных фантазий, и если вы поможете им справиться с этими фантазиями социально приемлемым и потому нестрашным способом, то им не придется опасаться за свое реальное поведение. И это вполне соответствует моему собственному опыту - я работаю так в течение очень долгого времени и не припоминаю никаких негативных последствий.

Вопр.: Но что хочет сказать Мама, когда бьет своего мужа подушкой по голове, какую информацию она ему передает? Считает ли она, что это лишь игра, или же думает, что по-настоящему убивает его?

Карл: И то, и другое. Она упражняется в фантазии, содержанием которой является разрушение Папы, но никаких опасных последствий здесь не может быть. Происходит лишь эмоциональное выражение негативных импульсов. Если вам так больше нравится, это что-то вроде психодрамы - действовать угрожающе потому, что ты так чувствуешь, а не потому, что ты в действительности опасен для окружающих.

Вопр.: И вы не обеспокоены тем, что когда она вернется домой, то сменит диванную подушку на топор?

Карл: Нет, конечно же, нет. Мне кажется, что произойдет обратное. Я думаю, что для ее артриты весьма неудачный “заменитель” топора. Подушки же для этой цели подходят гораздо лучше.

* * *

Когда сессия продолжилась, семья попыталась заставить Гейл использовать подушки против Папы, но она этому сопротивлялась. Тогда Ванесса сказала, что хотела когда-нибудь увидеть Гейл злой. Гейл ответила, что иногда сердится на Ванессу и добавила, что даже сейчас зла на нее, так как Ванесса собирается покинуть семью сразу же после окончания сессии и отправиться в Нью-Йорк. Гейл полагала, что поскольку семья так редко собирается вместе и как раз такой случай представился сейчас, то именно это обстоятельство должно быть главным для всех членов семьи.

Посередине дискуссии Папа вмешался в ее ход с вопросом по поводу подушек.

П: Это какая-то особенная игра?

К: Да, и в нее вы как раз только что играли.

П: А кто же здесь является победителем?

К: Тот, кто бьет сильнее. Тот, кто сдается первым - проигрывает.

Дор: Давай, Гейл!

М: Попытайся, Гейл!

Г: Ладно, я не знаю смогу ли.

Ван: Я буду играть с тобой.

(Две сестры стоят друг перед другом, Ванесса бьет нормально, Гейл же лишь слегка отмахивается.)

Ван: Гейл едва прикасается ко мне.

Г: Не бей слишком сильно!

Ван: Не такая уж ты и хрупкая!

(В то время как Ванесса бьет Гейл, а та слабо защищается, семья аплодисментами бурно приветствует поединок).

Г: Зачем вы все здесь сидите и хлопаете?

Дор: А что бы тебе хотелось, чтобы мы делали?

Ван: Сколько удовольствия!

Когда второй поединок на подушках завершился, семья опять заняла свои места в креслах и на диванах. Дискуссию начала Гейл.

Г: Временами я злюсь.

М: Все мы это делаем. Например, я иногда злюсь на тебя.

Г: Вот как мы справляемся с нашей злостью и с нашими эмоциями.

К: Что за горшок с чепухой! Почему ты не говоришь прямо, а несешь всю эту общепринятую муру? Говори то, что хочешь сказать! Все что я слышу от тебя - лишь разговоры в духе гигиены психического здоровья.

(Молчание)

И опять я пытаюсь увести ее от позиции пациента или больного человека и поддержать ее движение к реальности.

К: Кто, по твоему мнению, будет следующим Христом в семье, если ты решишь сдать свои позиции?

Г: Следующим Христом?

К: Да, кто следующий может сойти за безумного, если ты придешь в норму?

Г: Ванесса.

К: Я не знаю. Возможно, она слишком глупа для этого. Не уверен, годятся ли для такой роли Марла или Дорис. Если ты перестанешь быть безумной, кто-то должен будет подхватить эстафету.

Здесь я проталкиваю идею, что в действительности они тесно связаны друг с другом. Что семья функционирует как взаимодействующие части единой системы, где каждая роль доступна всем.

М: Всякая ли семья нуждается в козле отпущения?

К: Да, если давление стресса слишком велико. Если Мама и Папа вступили в брак только потому, что так было удобно, но при этом плохо ладят друг с другом. Когда на сцене появляются дети, родителям нужна их поддержка. И все это оканчивается появлением семейной жертвы.

(Молчание)

Ван: Значит, именно так Гейл и стала безумной?

К: Конечно, она была просто избрана на этот пост.

Ван: А что если мы больше не согласны с ее избранием?

К: Полагаю, что вам следует проголосовать еще раз. Но имейте в виду, весьма непросто сменить президента, если он находится при исполнении своих обязанностей: президенты, как и козлы отпущения, очень много делают для других. Например, разрешают себя бить и не дают сдачи.

Им необходимо яснее увидеть того, как много нужно работать чтобы произошли реальные изменения. Все не так-то просто, как может казаться с первого взгляда.

К концу нашего трехдневного опыта взаимодействия я дал им возможность выразить любые завершающие мысли, которые приходят в голову.

К: Есть ли у вас какие-то вопросы, которые вы хотели бы задать?

Ван: Самое главное, что я заметила за эти дни - что в семье присутствует много печали, много слез. Я прямо-таки ощущала, как Папа ждет смерти. Иногда мне было не по себе из-за того, что Марла пьет. Как если бы вы ехали в автомашине слишком быстро, зная, что это опасно для жизни. Иногда мне казалось, что я не понимаю, что с тобой, Гейл. Я чувствую, что ты сдалась, а вот Дорис и Майк не сдались. Вы, ребята, еще боретесь и у вас в общем-то все в порядке. Иногда я чувствую какие-то волны депрессии и настоящего нездоровья в семье.

М: Жизнь всегда была довольно сложной.

К: Да, жизнь нелегкая штука.

М: Конечно, это так.

К: Но нет причин для того, чтобы вы не могли...

М: ... немного шутить? Я пыталась примешать ко всему этому немного юмора. Но каждый раз, когда я так делала, Папа оказывал сопротивление.

К: И вы сдались через два года супружеской жизни?

М: Нет, я продолжала попытки.

К: У тебя есть вопросы, Майк?

Майк: Нет, никаких экспромтов.

К: Гейл?

Г: Нет.

К: Дорис?

Дор: Ничего особенного.

К: Марла?

Мар: Нет.

К: Мама?

М: Нет.

К: Папа?

П: Нет.

К: Я был рад нашему общению и возможности с вами познакомиться. Я буду всегда о вас помнить.

Окончание работы с семьей - неотъемлемая часть терапевтического процесса. Оно представляет собой очень существенный компонент того, каким образом они видят и интегрируют терапию в свой повседневный жизненный опыт. Как и любой родитель, я - в роли терапевта, как приемного родителя - испытываю одновременно грусть по поводу расставания с ними и удовлетворение от того, что они оказались способными рискнуть и идти вперед.

Я хочу сказать им, что по-прежнему ими интересуюсь, забочусь о них и беспокоюсь, хотя ни в коей мере не противостою их собственному выбору закончить работу со мной. Они должны знать, что я им доверяю, что они могут взаимодействовать с миром так, как им заблагорассудится. И еще я хочу, чтобы они знали: хотя я и не собираюсь опекать их всю оставшуюся жизнь, они в любой момент могут снова ко мне обратиться, если захотят.

Такое окончание оставляет ответственность за последующую жизнь в их собственных руках, то есть там, где она и должна находиться. Им придется самостоятельно управлять своим кораблем. Если они захотят встретиться снова, то всегда могут позвонить.

Когда они ушли, я почувствовал себя покинутым. Так бывало и при работе с другими семьями. Профессиональная группа поддержки в этой ситуации - наилучший из известных мне способов уменьшить создавшееся напряжение и утвердить веру в будущее.

9. ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ И НОРМАЛЬНАЯ ПАТОЛОГИЯ

Одна из трудностей в работе с семьями состоит в определении того, что является в них здоровым, а что нет. Как различить семью, функционирующую в пределах "нормы" и семью, погрязшую в "патологии"? Общепризнанных критериев здесь нет, но все мы имеем некоторые представления, которые направляют ход нашей мысли.

Может быть, самый надежный способ сориентироваться в этом - рассмотреть наши собственные индивидуальные критерии. Мы постоянно высказываем мнения подобного рода. Ни научное мышление, ни объективность клинициста по отношению к клиенту, ни широкий кругозор личности не имеют ничего общего с этим естественным человеческим феноменом - личным мнением. Независимо от образования и профессионализма те мерки, которые мы автоматически прилагаем к семье, отражают наши собственные личностные установки, предубеждения и комплексы. Мы смотрим на других исключительно с позиций нашего собственного опыта.

Начиная работать с семьей, я обычно в первую очередь берусь за отца. Я, естественно, сравниваю его со своими сформировавшимися в течение всей жизни, усвоенными из культуры представлениями о том, что такое отец и что он делает. Данное сопоставление отражает мое “я”, а также связано с тем, каким я вижу моего собственного отца в сравнении с теми образами "отцов", с которыми мне приходилось в жизни встречаться. Этот "новый" отец под микроскопом моего сознания вполне естественно получает хорошие отметки за то, что мне нравится в себе, в моем отце, в образах других "отцов", которые я в течение всей жизни перевел из внешнего в свой внутренний план. Плохие же отметки концентрируются на противоположной стороне спектра свойств, связанных с этим образом. Такая непроизвольная оценка дается и матери, взаимоотношениям матери и отца, детям и их взаимоотношениям, отношениям друг к другу родителей и детей и так далее. Данная личностная система оценок лежит в основе моих обычных суждений о людях. Вполне естественно, что при этом я сравниваю тех, с кем мне приходится встречаться, с интернализированными шаблонами межличностных отношений, которые созданы мною в течение всей жизни.

Этот процесс не является заранее планируемым или сознательно регулируемым, он происходит самопроизвольно. Когда Мама говорит что-то, рождающее воспоминания о моей собственной матери, я автоматически предполагаю, что она имеет в виду то же самое, что и моя мать. Хотя все это может не иметь ровно никакого отношения к намерениям конкретной Мамы или к тому, как данная информация воспринимается семьей, - я слышу в высказываниях Мамы только то, что могу услышать. Разумеется, я могу кое-что осознать в этом процессе, но это отнюдь не останавливает его: мы постоянно совершаем взаимные переносы. Я могу почувствовать вас только через того Себя, которого знаю. Быть может, одно из самых важных моих достижений состоит в том, что я научился не пытаться заставлять "Вас" быть "Мною". С другой стороны, мне бы не хотелось, чтобы и вы пытались сделать "Меня" "Вами", о чем я и хочу предуведомить вас заранее. Вы не должны беспокоиться о том, что если “вы” не будете воспринимать мир так, как это делаю “я”, то “я” сочту вас "ненормальным".

Семейная жизнь

Несмотря на важность личностного фактора, есть множество других значимых критериев того, как смотреть на семью и как говорить о ней. Прежде всего, здоровая

семья является по своей сути не статичной, а динамичной. Она непрерывно измененяется, эволюционирует. Здоровье - непрерывное состояние "становления", и ты никогда не достигнешь здесь конечного пункта, не закончишь путешествие. Итак, здоровая семья - это система в движении. И когда как вы заглядываете в семейную систему через известную методику "стоп-кадр" или оцениваете "межуровневый образ", чтобы узнать о семье что-то действительно важное, вам очень важно ощущать это семейное движение. Вместе с тем следует иметь в виду, что образ семьи, возникающий в каждый данный момент времени, может разрушить ваше прежнее представление о семье, и вам даже приходится менять исходную гипотезу.

Если мы рассматриваем семью в движении, то понимаем, что внутрисемейные “танцы” отнюдь не случайны. Как и в любых других социальных организациях, здесь имеются определенные правила, политические игры, шаблоны. Обычно семейные правила завуалированы, не проговариваются и часто даже не осознаются, и тем не менее они очень могущественны. В здоровых семьях эти правила служат направляющими позитивными ориентирами, способствуют росту. В патологических семьях правила используются для сдерживания изменений и сохранения "статус-кво".

Одним из основных компонентов в структуре хорошо функционирующей семьи является четкая дистанция между поколениями. Ясно, что родители и дети не равны между собой с точки зрения таких понятий, как "власть" и "ответственность". Родители представляют собой как бы позвоночный столб семьи. Руководство со стороны родителей, их взаимная солидарность обеспечивают ощущение безопасности для детей. Однако здоровую дистанцию между поколениями не следует путать с негибкими иерархическими структурами внутри семьи. Здоровая семья основывается не на доминировании родителей над детьми, а скорее на том, что сила первых обеспечивает безопасность для вторых, что, как правило, представляет собой скрытую тенденцию в семейной жизни: сила родителей здесь четко осознается, но не всегда открыто проявляется.

Родительская сила в здоровой семье функционирует в скрытой форме. Поскольку эта сила не подвергается сомнению, родителям нет необходимости непрерывно доказывать ее существование как детям, так и самим себе. Они поощряют открытость по отношению к игре, ролевому экспериментированию, в частности обмену ролями. Свобода в смене ролей и функций дает возможность семье безопасно жить в мире "а что, если".

Например, Папа чувствует себя достаточно безопасно, чтобы не стремиться выигрывать все без исключения “силовые” поединки со своим четырехлетним сыном. Ему нет необходимости воспроизводить шаблоны жесткого поведения, которые он приобрел в жизни, чтобы ощутить себя человеком, действительно контролирующим данную ситуацию. Он может даже позволить маленькому Джонни за обеденным столом играть роль папы и отрезать мясо или настолько включиться в ситуацию игры с сыном, что наберется смелости играть роль Джонни, хныщущего из-за овощей или темного риса. Подобным образом и Мама может позволить своей восьмилетней дочке натереть себе спину, когда почувствует себя неважно, или разрешит ей самостоятельно постирать в машине, даже если та еще не Бог весть как управляется с агрегатом. Она может дать своему сыну право самому выбирать, когда и сколько ему убираться в комнате, будучи достаточно гибкой и не становясь в позицию жесткого контролера.

В здоровой семье дети могут иной раз оказывать матери особые знаки внимания, и отец при этом не будет ревновать. С другой стороны, они могут сделать что-то хорошее для папы, и мама при этом не почувствовует, что ее предали. Такого рода гибкость в ролевом поведении отнюдь не разрушает структуру семьи, а наоборот усиливает ее.

Здоровая семья может вполне нормально существовать и допускать смену одних внутрисемейных треугольников и коалиций другими, при этом у членов семьи не воз-

никает чувство ревности или ненадежности. Конечно, свобода в проживании разного рода “треугольных” комбинаций и перестановок представляет собой обогащающий человека опыт. Свобода в объединении с кем-либо, разъединении, повторной смене партнеров является жизненно необходимой для установления разного рода границ. Это также направляет в определенное русло потребность действительно отделиться, уйти и жить независимо, не чувствуя при этом вины за отрыв от семьи. Только когда вы свободны принадлежать чему-то, объединение с кем-то может иметь позитивный смысл. Объединение в команду будет основано на свободной воле, на свободном выборе, а не на обязаловке.

Такая структура дает возможность каждому члену семьи ощущать себя частью безопасного и заботящегося о своих членах целого, в то же время поддерживающего независимость и самовыражение каждого. Возникающая общность реальна, так как в нее входят свободно. Каждый человек может свободно входить и выходить, снова отделяться и снова возвращаться и так до бесконечности.

Общность и свобода развиваются вместе, отнюдь не являясь антагонистами по отношению друг к другу. В этих условиях появляется ощущение семейной общности, своеобразный семейный национализм. Члены семьи хотят быть вместе, воспринимая друг друга как более целостного, более совершенного индивида.

Когда здоровая семья проходит различные этапы жизненного цикла, она свободна в развитии, адаптации и росте без страхов и опасений. Новые обстоятельства создают скорее новые возможности, а не новые угрозы. Неизбежно возникающие конфликты и проблемы решаются без потери глубинного ощущения взаимной заботы и любви. В разное время в разных ситуациях разные члены семьи начинают играть роль "козлов отпущения". Эта способность иметь, но менять "козлов отпущения" гораздо здоровее, чем невинная жизнь с верой в то, что никаких "козлов отпущения" у них вообще нет. Быть "козлом отпущения" плохо, деструктивно только тогда, когда эта роль становится ригидной и жестко приписывается какому-то одному индивиду. Семьи, мир которых наполнен различного рода фобиями, старающиеся избежать всех возможных патологий, обычно становятся жертвами этой ригидности.

Другим признаком здоровой семьи является то, что такая семья - это место проявления близости, любви, так же, как и ссор, ненависти. Все свободны участвовать в интенсивных межличностных взаимоотношениях - как на основе любви, так и на основе ненависти. Такие эмоционально насыщенные вопросы, как сексуальность, религия, воспитание детей могут становиться предметом спора и перепалок без угрозы для целостности семьи в пространстве и во времени. Основа здесь достаточно тверда, чтобы не только не уходить от подобного рода взаимодействий, но и расти благодаря им.

Существует и свобода принятия, включения в семейную систему трех или даже четырех поколений семьи. Родители могут говорить о старых добрых временах, и детям это будет интересно. Дети могут общаться с бабушками и дедушками без угрозы быть включенными в патологические треугольники с родителями. Старшее поколение может общаться с младшим и при этом не прятаться за безличное требование сохранять дистанцию - "уважать". Они все могут смело ориентироваться на будущее и говорить о следующем поколении без страха, что это уводит их от настоящего. Постоянно развивающийся процесс внутреннего взаимодействия рассматривается как часть постоянно обновляющейся внутрисемейной культуры.

И наконец, здоровая семья представляет собой скорее открытый, чем закрытый социальный организм. Люди, не принадлежащие к семье, имеют тенденцию скорее включаться в нее, чем от нее отстраняться. Друзья, соседи и т. д. могут входить во внутрисемейное пространство, где их принимают с удовольствием и без подозрений.

Любой член семьи может свободно привести в семью своего друга и не опасаться, что его отвергнут.

Поскольку здесь говорится о семьях, нужно иметь в виду, что мы больше связаны сходством, чем разделены различиями. Что все образцы поведения и механизмы, которые мы считаем патологическими и рассматриваем в качестве показателей нездоровой семьи, могут быть обнаружены и в каждой "нормальной" семье. Различия обычно состоят в интенсивности, степени ригидности, развертывании во времени негативных признаков и проблем, а не в самом их существовании.

Когда вы наблюдаете конкретную семью более или менее длительное время, поведение ее членов становится не только более понятным, но и оправданным теми конкретными обстоятельствами, в которых находится семья. Их тотальная взаимозависимость, когда каждое действие одновременно является и стимулом и реакцией, сохраняет способ движения системы, внутренне присущи только данной семье.

Брак

Говоря о семье, важно обсудить ее основу - брак. Здоровый брак - как бы смесь первоначально отличных друг от друга культур. Это такое перемешивание двух культур, которое создает одну новую культуру, одновременно похожую и непохожую на те, что ее породили. Я часто описываю это как процесс, при котором две семьи посылают вперед своих "козлов отпущения", чтобы воспроизвести самих себя и свою культуру. Жизнь - это когда живут, чтобы увидеть кто выиграл. Реальный спобоб избежать такого смехотворного соревнования - достигнуть превосходного уровня жизни. Нельзя воспроизводить стиль жизни только одной семьи - тогда проигравшими окажутся все. Новая супружеская пара должна обладать своеобразием и в то же время отдавать себе отчет в тех особенностях субкультур родительских семей, которые имело бы смысл сохранить в своей.

Этого не происходит по повелению свыше или даже вследствие свадебных клятв. Поговорки типа "жить-поживать, да добра наживать", которые обычно произносят на свадьбах, по сути своей очень деструктивны, так как вынуждают обоих партнеров принять романтический образ приносящей взаимное наслаждение любви с первого взгляда и до гробовой доски. Этот образ игнорирует реальность и препятствует движению к более зрелым взаимоотношениям. Чем скорее супружеская пара освободится от мифа о взаимном совершенстве, о том, что их брак заключен на небесах, тем раньше они смогут двигаться по направлению к настоящей близости.

Что придает браку привлекательные черты и популярность, несмотря на тот кризис, в котором сейчас находится этот институт, на все те острые социальные проблемы, которые вокруг него возникают? Брак часто начинается с иллюзорной веры в то, что вы созданы друг для друга и что бы вы ни пожелали, того же хочет и другая сторона. Однако он редко остается на том же уровне. Ощущение эйфории вскоре сменяется столкновениями с реальностью повседневной жизни. Для того чтобы иметь возможность подняться над обыденностью, вы должны отстраниться от позиций "он" и "она" и искать новое "мы", которое собственно и делает брак здоровым и сильным. Нахождение оптимального баланса действительно представляет собой большую проблему.

Между прочим, именно потеря этого "мы" делает развод столь разрушительным и супружескую неверность столь деструктивной. Развод объявляет "мы" фикцией, а брак - юридически несуществующим, но я не верю, что то же самое происходит в эмоционально-психологической плоскости. Вы никогда не сможете вернуть обратно тот эмоциональный вклад, который сделан в вашего партнера и который раз и навсегда

является запертым в социально-психологическом образовании, называемом "мы". Вы можете принять решение расстаться, но отменять то, что уже произошло между вами - не в вашей власти. Вы останетесь частью друг друга навсегда. Сексуальные измены оказываются столь ужасными не только потому, что они ставят под вопрос значимость такого образования, как "мы", но и потому, что создают "псевдо-мы"

Сексуальные измены чаще всего происходят в тех браках, которые по сути дела уже умерли и для определения которых больше всего подходят такие слова, как пат, мертвая точка, тупик, безвыходное положение. Когда супруги утрачивают свежесть и новизну своих взаимоотношений, в их браке устанавливается дух застоя, мертвечины, одиночества, и мысль попытаться вновь найти то приподнятое состояние, которое сопровождало их в самом начале, кажется очень привлекательной. Хотя вновь приобретенная фантазия, возникшая взамен утраченной, часто создает энергетический потенциал для движения к сексуальной измене, сама эта измена остается относительно неглубокой. Повторная романтическая любовь является быстротечной, хотя и соблазнительной. Действительная близость требует долгой совместной работы, притирки. Она возникает лишь со временем, через совместные усилия, разделение жизненных тягот и радостей между партнерами. В браке можно расти вместе и можно расти врозь. Третьего не дано: нет нейтрального убежища, в котором можно было бы скрыться. В то время как супружеская измена может способствовать тому, чтобы застоявшийся климат внутрисемейных взаимоотношений был нарушен и открылись возможности для действительно живых и интенсивных ощущений, цена ее обычно отвратительна. От эмоционального осадка супружеской измены нелегко избавиться.

Понятие обязательства в браке тоже является очень важным, но часто оно понимается неверно. Клятва "до смерти вместе" не должна восприниматься как приговор к пожизненному заключению без какой-либо надежды на досрочное освобождение. Только обязательство, содержащее в себе соглашение пытаться стать как можно ближе друг другу, общаться все более честно и открыто, ставить потребности супруга на один уровень со своими - только такие обязательства способны обеспечить исполнение приведенной выше клятвы. Сама идея обязательства противостоит часто возникающим в супружеской жизни импульсам: как только появится разочарование, бросить все и бежать.

Все здоровые браки испытывают десятки эмоциональных “разводов”, и не имеет значения, длятся ли они три минуты, три часа или три дня, - чувство потери при этом может быть всепоглощающим. Для преданных друг другу пар периоды эмоционального отделения являются очень болезненными, но они не ведут к необратимости, отчаянию и безнадежности. Эти пары сохраняют чувство комфорта, основанное на их прежнем опыте, на истории их взаимоотношений и на желании совместно прилагать усилия, продуктивно трудиться, в том числе и в межличностной сфере. Они знают, что болезненные периоды преодолимы.

Умение как-то соотноситься с различиями имеет большое значение в браке, стабилизирует его, повышает его качество. Если различия рассматриваются как плохие по своей наследственной природе или как такие, от которых необходимо избавиться, то они ведут к внутрисемейным ересям и расколам, вызывают разнообразные защитные реакции, в конечном счете приводят к отделению. Однако, если на различия смотрят как на то, что способствует росту, они оказываются очень ценными. Наши различия - это по сути дела то, что позволяет нам развиваться. В динамически-ориентированных супружеских взаимоотношениях (в отличие от статически-ориентированных) на первый план выступает способность действительного включения в проблемы и комплексы друг друга. Если мы будем чистить друг другу перья, наша жизнь очень обогатится. Учет и использование различий во внутрисемейных взаимоотношениях может утвер-

ждаться лишь поэтапно - от принятия и признания различий, к их уважению, к наслаждению ими и, наконец, к признанию различий величайшей ценностью.

Родительство

Наш рост как супружеской пары отражается на нашей успешности в родительской роли. Качество взаимоотношений мужа и жены имеет большое значение при исполнении ролей мамы и папы, так как взаимоотношения между родителями очень важны для детей, которые прямо-таки внедряются в эти взаимоотношения и их эмоционально-чувственная сфера отражает характер межличностных отношений мамы и папы. Например, чувство безопасности ребенка проистекает из взаимоподдержки его родителей. Причем принципиальное значение здесь имеют не столько отношения мать-ребенок или отец-ребенок, а отношение ребенка к взаимоотношениям родителей. И наоборот, если муж и жена не могут решить проблемы своих взаимоотношений еще до того, как станут мамой и папой, то они создают пространство для эмоциональной неверности и борьбы поколений в треугольниках. Испытывая недостаток в теплых супружеских взаимоотношениях, муж и жена оказываются перед лицом непреодолимых трудностей, когда им приходится выполнять родительские роли. Супружеская пара, никогда не имевшая опыта позитивного разрешения таких проблем, как согласование разных планов на выходные, распределение работы по дому, взаимоотношения с расширенной семьей (свекровь, теща и т.д.), будет испытывать существенные затруднения, когда на арене появятся дети.

Опасное заблуждкение считать, что появление младенца позволит восстановить нарушенные отношения между супругами. Просто нелепо рассматривать ребенка как Спасителя для распадающегося брака. Это обычно заканчивается еще большим расколом и еще большим отчаянием.

Процесс развития от супружеской пары к семье проходит через определенное количество этапов, которые можно предсказать. Первоначально естественный симбиоз "мать-ребенок" становится средоточием эмоциональной жизни семьи, и если папа достаточно зрел для того, чтобы, видя это, не быть ревнивым, семья свободна в своем движении вперед. Однако, если папа становится слишком обидчивым, дуется или орет, когда не удовлетворяются его подростковые сексуальные потребности, начинаются настоящие неприятности. Если у него возникает игривое настроение, то жене придется выбирать между потребностями мужа и потребностями ребенка. В то же время она будет чувствовать себя покинутой, если он обратится за недостающей теплотой и близостью куда-нибудь еще - будь то теннис, карьера или секретарша. И действительно, она останется одна с грузом ответственности за ребенка. С увеличением дистанции между супругами получает все большее право на существование паттерн "отворачивания" друг от друга.

Когда младенец становится ребенком, недостаток общности родителей опять делается болезненно очевидным. Мама может чувствовать себя подавленной из-за безуспешных попыток одной справиться с маленьким Джонни. Сам же Джонни часто скандалит, так как воспринимает маму как слишком строгую. И если при этом папа не сможет занять ясную позицию в поддержке мамы, Джонни догадается, что папа в скрытой форме поддерживает его скандалы. Он усилит свои атаки, чувствуя себя в безопасности от сознания, что своим поведением приносит удовлетворение отцу.

Другим распространенным семейным “танцем” являются жалобы перегруженной заботами мамы на невозможность как следует контролировать свою дочь. Тогда она волевым решением назначает “отдаленного” отца семейства "ежовой рукавицей"

для его собственной дочери. Когда же папа обиженно подчиняется маминому произволу, явно делая одолжение, мама тут же наклеивает на него ярлык слишком строгого и чрезмерно наказывающего. Это заставляет маму встать на защиту своей дочери, что делает еще более жестким патологический паттерн взаимоотношений между членами семьи. Слишком сильная взаимосвязь матери и дочери еще более укрепляется, а дистанция между отцом и другими членами семьи еще более увеличивается.

10. В КАКОМ НАПРАВЛЕНИИ СЛЕДУЕТ ДВИГАТЬСЯ, ЧТОБЫ РАСТИ? ТРИ ГОДА СПУСТЯ

Попытки оценить успехи и неудачи семейной терапии - дело тонкое и обманчивое. Закономерный вопрос: "Была ли терапия успешна?" - на практике оказывается очень опасным. Опасным потому, что он предполагает общую точку зрения на критерий успеха, который был бы не только клинически пригодным, но и доступным для оценки. Сейчас дело, которым мы занимаемся, представляет собой скорее не науку, а искусство. Однако, несмотря на это, каждый из нас должен иметь представление о том, что работает, а что - нет. Это естественно, так как у всех нас есть определенное понятие об "успехе" и "неудаче".

Я убежден, что терапия представляет собой совокупность усилий, направленных на рост. Ее фундаментальная цель состоит отнюдь не в избавлении от симптомов и осуществлении каких-то радикальных, но поверхностных изменений в поведении. Мы должны пойти гораздо дальше идеи о поведенческих проявлениях как адекватных отражениях "реальности". Рост и "успех" в гораздо большей мере связаны с процессом развития семьи, со способностью ее членов встать по-настоящему в личностную позицию по отношению друг к другу. Идея "обучения" навыкам общения также может вводить в заблуждение. Вы не в состоянии обучить кого-то быть человечным по отношению к другому.

Процесс роста по-настоящему начинается с того, что семья обретает мужество и рискует встать в более личностную позицию по отношению друг к другу. Важно само желание начать путешествие, а не то, насколько ясно намечен путь. При этом включенность терапевта в семейную систему должна быть нацелена не на избавление их от тревожности, а скорее на трансформацию их тревожности в нечто полезное и продуктивное. Хотя понижение “внутрисемейной температуры” может иногда предотвратить взрывы и скандалы в семье, любая преждевременная попытка избежать интенсивных взаимоотношений также делает перспективу роста маловероятной. В культуре все возрастающей отчужденности терапевт должен быть способен допускать в свои взаимоотношения с семьей напряжение и риск.

Хотя некоторые основания идентифицировать внутрисемейные изменения в терминах конкретных поведенческих проявлений имеются, рост все же следует рассматривать как трансцендентальный процесс. В голову приходит аналогия с коробкой передач и переключением скоростей в автомашине. Вы мало что можете сделать здесь на “первом скорости”. Ваша конечная скорость и оптимальные пределы функционирования довольно ограничены. Конечно, вы можете вести машину на первой скорости, но это будет неэффективно. Между тем, переходя на вторую скорость когда нужно, вы увеличиваете свои возможности и получаете более эффективно функционирующую машину. Аналогичным образом я смотрю на семьи. Моя задача - помочь им перейти на другой уровень жизни. Я хочу способствовать тому, чтобы они получили доступ к собственным недоиспользованным возможностям и способностям.

Важный шаг в этом переходе - научиться смотреть поверх боли, понимать и позитивно оценивать абсурдные стороны человеческой жизни. Я хочу, чтобы они научились не только терпеть, но также и получать удовольствие от тревожности и боли, которые делают человеческую жизнь более реальной. Выбор здесь, по существу, состоит в следующем: либо онеметь, либо испытывать одновременно радость и страдание. Я хочу, чтобы они могли учитывать свой реальный опыт проживания, а не автоматически

выбирали для себя успокоение. Что вы предпочтете: ругаться со своим супругом или спрятаться в удобное и комфортное убежище перед телевизором? Сложных вопросов избежать невозможно. Соглашение не обсуждать в семье реальные сложные проблемы обычно создает атмосферу холодности между членами семьи и отдаленности их друг от друга.

Один из способов избежать ловушки излишнего интереса к конкретной жизни клиентов - всегда оставлять в поле своего внимания мой собственный жизненный опыт. Даже в терапевтическом офисе я пытаюсь остаться центром моего бытия. Мои усилия в большей степени направлены на собственный рост, чем на осуществление каких-то изменений в семье. Когда я пытаюсь их изменить, они становятся как бы эластичными и при первой же возможности легко возвращаются к первоначальной форме. Когда же они сами решают переформировать себя, есть шанс, что изменения и в самом деле произойдут. Часть проблемы состоит в том, что я действительно не знаю, как их переформировывать. Мои усилия придать им определенную форму должны быть по-акробатически гибкими, когда же они будут это делать сами, новая форма окажется для них более естественной.

Я прекратил попытки повлиять на их переформирование, однако у меня есть весьма определенные представления о самом процессе. Эта та почва, на которой я пытаюсь с ними работать: мы взаимодействуем по поводу самого процесса их жизни, а не каких бы то ни было его конкретных проявлений.

Мое взаимодействие с ними может только стимулировать рост, реально же они развиваются сами. Например, дразня Маму по поводу ее мученичества, жертвенности, я могу стимулировать ее к росту, но в настоящем смысле это еще не рост. Рост начнется только тогда, когда она сама, без посторонней помощи отправится в путь. Причем даже не очень важно, чтобы она добилась полного успеха. Необходимо лишь ее мужество совершить попытку, преодолеть страх первого шага.

И опять, я вовсе не интересуюсь конкретными способами их изменений. Больше всего я озабочен тем, как бы посильнее раскачать их лодку, чтобы они могли свободно начать собственное движение. Когда люди начинают жить свободнее, это видно прежде всего по качеству их межличностных взаимодействий. Здесь всегда присутствует спонтанность и открытость, способность быть другим и принимать различия без ужаса и паники. Вынужденный конформизм для всех членов семьи сменяется способностью наслаждаться проявляющимися различиями. Вместо циничных насмешек над другими появляется способность при всех смеяться над собой.

Во всем этом присутствует дух перевоплощения, перестройки. События и проблемы внешней реальности трудно в одночасье изменить, но теперь семья встречает их с меньшей напряженностью и страхом. Развивающееся чувство взаимосвязанности освобождает их от обременительных ощущений изоляции и нереалистичности.

И уже не так существенно, что Джонни все еще мочится в постели, а Мама пока не может решиться смененить место работы. Если терапевт будет соблазнен моделями поведенческих изменений, он по сути дела станет наемным работником клиентов, которые будут его контролировать своими действиями. Семье в данном случае предписывалось бы лишь произвести некоторые изменения в своем поведении, а терапевт будет всегда в их распоряжении. Когда они не смогут произвести существенные изменения в своей жизни, терапевт застрянет и не сможет двигаться дальше. Ему тогда останется только объявить себя несправившимся, а их - сопротивляющимися.

Мои усилия направлены на то, чтобы полностью справиться со всей этой неразберихой. Адекватный процесс может начаться только в том случае, если я сам останусь центром собственной жизни и буду защищать свои границы. Их же рост начнется то-

гда, когда и они смогут установить более подходящие границы и взять на себя ответственность за свою собственную жизнь.

Повторная встреча с семьей

Через три года семья собралась на повторную встречу. Когда вы будете читать ее протокол, следите за “показателями” роста и другими изменениями, которые произошли за это время. Повторная встреча была назначена после звонка Ванессы, которая сказала, что семья планирует еще один сбор. Она спросила, смогу ли я встретиться с ними. Я с готовностью принял это предложение, вспоминая, сколько наслаждения доставили мне их предыдущие визиты.

Участвуя в обсуждении формальностей, связанных с этой встречей, Гейл потребовала, чтобы она состояла из двух частей, и предложила, чтобы первая часть представляла собой дополнительную и самостоятельную терапевтическую сессию, а не просто подведение итогов предыдущей работы.

Когда семья вошла в кабинет, в них чувствовались пыл, рвение и возбуждение и никаких видимых проявлений страха или опасения. Они выглядели уже совсем по-другому. Папа сбросил вес и уже не казался таким провинциалом. Наряды Ванессы стали более сдержанными и не такими цветистыми. Гейл выглядела более живо, взгляд ее стал ясным и открытым, она заметно пополнела. На запястье Мамы были медицинские браслеты от артрита.

Как только мы расселись и стали довольно скованно рассматривать друг друга, Гейл первой начала говорить о событиях в своей жизни за прошедшие три года. Она стала принимать гораздо меньше лекарств. Вялость и малоподвижность ее психики, которые прежде были столь заметны, исчезли. Гейл добилась того, чтобы совсем переехать из лечебницы, и жила одна. Еще она устроилась на работу.

Потом Гейл стала говорить о парнях и своих проблемах с ними. Поскольку она стала самодостаточным членом семьи, вполне оперившейся взрослой дочкой, она тоже (чем же она хуже других!) заимела проблемы с парнями! Заметьте, какое значительное продвижение по сравнению с предыдущей встречей!

К: Почему ты бросила своего парня?

Г: Это он бросил меня и начал встречаться с другой девушкой. Я сказала, пусть он делает как хочет, он и стал с ней встречаться.

Ван: Но ведь были и другие важные вещи! Например, секс и брак. Ты всего этого не хотела, и он помахал тебе рукой.

М: Да.

Мар: Он спросил тебя, выйдешь ли ты за него замуж, правда?

К: Он хотел и того и другого - или же только одного? Брак или просто секс?

Г: И то и другое.

К: Во всяком случае это лучше, чем только одно.

М: Да, конечно.

К: Иногда эти ребята хотят жениться, но совсем не хотят секса. Несколько дней назад ко мне пришла пара, состоящая в браке один год. Они согласились пожениться, потому что муж сказал: не будет никакого секса.

Мар: Да ну, не может быть!

К: Оказалось, что он имел в виду жениться и одновременно быть гомосексуалистом. Такой номер не прошел. Гейл, ты уже нашла себе другого парня?

Эта история, выходящая за рамки предыдущего разговора, представляет собой способ игры с тем фактом, что люди живут в окружении многих паттернов. Открытость беседы членов семьи между собой говорит о многом. В их взаимодействии появились элементы свободы, которой раньше не было.

Г: Нет! Я не ищу мужчину!

М: Это правда! Она даже не ищет.

К: Что с тобой случилось? Нелепо не искать себе мужчину!

Г: Я согласна это делать, но только не сейчас. У меня своя компания и я хочу присоединится к одной общине - церковной группе для одиноких.

Мар: Современные сексуально-озабоченные одинокие в церкви.

К: Правильно! Самых лучших парней можно заарканить именно в церкви. Там я в свое время нашел свою первую девушку, нужно сказать, с очень скучным, нудным и старомодным характером. Хорошо еще, что мы навсегда не приклеились друг к другу.

Ван: Я заметила, Гейл, что раньше ты хотела сблизиться с Марлой и Дорис, а они отмахивались от тебя. Ты меня тоже тогда раздражала. Теперь я понимаю, как важно к кому-то пристроиться, когда теряешь парня. Когда я порвала со своим, я себе просто места не находила.

Какая замечательная перемена! Ванесса непроизвольно отреагировала в поддерживающей и сочувствующей манере. Это всецело личностный подход без каких бы то ни было следов критицизма и неодобрения.

К: Быть может, вы будете сводницами друг для друга?

Ван: Это как?

К: Очень просто. Сводничать друг для друга: она тебе достанет парня, а ты найдешь ей.

Ван: Да, но сейчас у меня есть парень.

К: Итак, тебе сейчас помощь не нужна. Ладно, ты можешь выслать ей парня из того места, где ты живешь. Хотя я слышал, что там у вас они не слишком темпераментны. Ты его можешь выслать по почте. В ящике.

Майк: Это должна быть специальная посылка, и оформлять такую нужно особо.

Ван: И потребуется ящик нужного размера.

К: Да, возможно, тебе придется парня немножко поприжать, утрамбовать.

Отметьте атмосферу игры во взаимодействии между ними. Кажется, что общение друг с другом доставляет им удовольствие. Они худо-бедно научились играть.

В дополнение к тому, что члены семьи стали более спонтанными в вопросах “низкой и умеренной интенсивности”, они должны начать обсуждать вопросы более сложные. Раньше семья имела тенденцию идентифицировать Папу и Гейл с "реальными" проблемами. В следующем отрезке работы это изменилось.

Один из признаков здоровой семьи - смена "козлов отпущения", а не фиксирование на каких-то определенных индивидах. Признаком патологии, наоборот, является помещение всей боли семьи под кожей одного или двух ее членов. Боль является частью жизни и ее никак нельзя избежать. Способность всех членов семьи стать перед лицом боли и принять ее является существенным компонентом гармоничной семейной жизни. Всем членам семьи должно быть позволено испытывать свои собственные страдания и иметь возможность получить поддержку со стороны других.

Способность - в присутствии всей семьи - заглянуть в лицо боли, а не отвергать ее, дает возможность быть открытыми и доверять друг другу. Вот тогда жизнь становится стоящей. Далее разговор сфокусировался на Маме.

М: Я не хочу, чтобы меня признавали инвалидом (по поводу артрита)! Моя сестра говорит, что я должна получить свидетельство с изображением кресла на колесах и тогда смогу припарковываться в специальных местах для инвалидов.

К: Мама, имеющая право не работать.

М: Да. А я не знаю, хочу ли принадлежать к этой категории! И вообще, иногда я не знаю, к чему принадлежу!

К: У вас бывают сильные боли?

М: Да, конечно, если мне приходится слишком много работать. Особенно болят запястья и ступни.

Майк: Ее лодыжки такие ужасные.

Дор: Ее лодыжки очень слабые. Каждый месяц она растягивает связки на них.

М: Я ношу голеностопники.

К: Вы знаете, у меня возникло сейчас одно странное ощущение. Когда вы говорили о том, что не знаете, к какой категории относитесь, я подумал, что вы говорите о суициде. Есть ли у вас какие-то подобные идеи?

Разговоры Мамы о том, что она не может определиться в социальном плане, ее депрессия, связанная с артритом, оставили у меня ощущение, что она, может быть, утратила надежду, попала в безвыходное положение. Вместе с тем, когда ее прямо спрашивают об этом, она дает семье знать, как ужасно себя чувствует.

Поскольку Майк и Дорис поделились своим беспокойством о ней, Мама смогла продолжить более свободно.

М: Да ... иногда.

К: Можете ли вы позвонить кому-нибудь из своих детей, когда вы так себя почувствуете, и попросить: "Пожалуйста, скажи мне пять хороших слов"?

М: Вы имеете в виду "горячую линию" - ну, телефон доверия?

К: Нет, к черту эту горячую линию!

(Смех)

К: Серьезно, когда вы чувствуете себя одиноко ... Вы же не можете разговаривать с этим старым типом, он может говорить только с коровами. Можете ли позвонить вашей команде и сказать: "Я себя чувствую плохо, у меня депрессия!"

М: Я не знаю (Вся в слезах).

Ван: Ты можешь позвонить мне, Мама.

М: Мне кажется, что лучше будет, если я оставлю все это внутри себя. Я не хочу обременять их.

К: Ради Бога, что за чепуха и бессмыслица! Вы были для них мамой на протяжении всех этих лет. Почему же они не могут стать для вас мамой сейчас? Когда одна беда тянется за другой, вы можете прийти к старику и проверить, в состоянии ли он вас обнять. Может быть, он не знает как это делать - в таком случае вы можете поработать в этом направлении и обучить его. Возможно, это ему даже понравится.

Здесь я подталкиваю Маму к тому, чтобы трансформировать свои внутренние суицидальные импульсы во внутрисемейный вопрос. Если этот вопрос приобретет

очевидный межличностный характер и в его обсуждение будет вовлечена вся семья, надежда на позитивное изменение будет возрастать.

Возможно, что суицид в основном представляет собой усилие, направленное на приведение биологического организма в соответствие с состоянием вашего эмоционального мира. Уверенность в том, что никто в этом мире не заботится о тебе, всем на тебя наплевать, всегда сопровождает полет пули, выпущенной из твоего пистолета и направленной тебе в сердце или в висок. Но когда такая фантазия предъявляется семье, изоляция может закончиться, а личностно-ориентированные взаимоотношения возобновятся.

М: Он всегда убегает.

К: Конечно! Все мужчины обычно боятся близости. Все мы нелепы, любой из нас!

Дор: Я надеюсь, что ты будешь мне звонить. Когда ты мне звонишь, я думаю: "Какой замечательный сюрприз!"

М: Но у меня нет достаточно денег для звонков.

Дор: Разве деньги имеют здесь значение? Мы поговорим об этом позже. Как ты себя чувствуешь - вот что самое главное. Если ты одинока и грустишь, в таком случае я хочу говорить с тобой об этом!

Такое протягивание руки спасает жизнь. Их потаенная забота друг о друге начинает все больше выступать на поверхность. Все это может служить противодействием боли хронической изоляции.

*** * ***

Вопр.: Карл, что помогло вам узнать на этом этапе работы, что у Мамы есть суицидные чувства? Это не было слишком очевидно.

Карл: Точно я не знаю. Многие реплики служили здесь клиническими подозрениями. Точно не знаю, что послужило их источником.

Некоторый намек был в той ситуации, когда я сказал: "Вы безработная мама", - а она ответила, что ей такое положение не нравится, имея в виду, что никогда ничего не было такого, к чему ей хотелось бы ощутить свою сопричастность, присоединиться, кем-то стать. Для меня это могло означать не что иное, как суицидальное утверждение.

Вопр.: Но ведь суицид - дело очень серьезное. Достаточно однажды добиться в нем успеха, и ситуацию нельзя будет никак поправить. Думали ли вы о том, чтобы посадить ее на лекарства или даже госпитализировать? Рассматриваете ли вы вообще более традиционные способы взаимодействия с теми, о которых на самом деле стоило бы серьезно беспокоиться?

Карл: Если она активно, обдуманно пыталась бы практически осуществить суицид... Но я не думаю, что в данном случае это могло бы иметь место. Мне кажется, что в каком-то отношении она похожа на хронического алкоголика - вовлечена в процесс постепенного саморазрушения. Подобно своей дочери, которая стала "никем". Она была “никем” так долго, что ее физическая смерть пришла бы уже на все готовенькое. Один из способов совершить самоубийство - продолжать жить. Я не думаю, что она на самом деле может наложить на себя руки. Если бы я был убежден в том, что такая опасность действительно существует, я бы говорил об этом гораздо более открыто. Я бы вовлек в дело их всех, предполагая отыскать в семье хотя бы одного человека, который бы желал ее смерти. На ее мужа в таком случае могло бы пасть основное подозрение.

Вопр.: Да, но это довольно странная идея. Вы имеете в виду, что если Мама испытывает суицидные мысли, то кто-то другой хочет ее смерти?

Карл: Конечно! Конечно! Суицид, как и все остальное в жизни, имеет межличностную природу. В действительности я верю только в системы! Я не верю в индивидов, функционирующих в качестве целостных единиц. Я думаю, что они действуют только как части более широких систем.

Вопр.: Может быть, просто она чувствует себя отчаянно одинокой?

Карл: Конечно! Это означает, что Папа ее не хочет, что он желал бы, чтобы она ушла с его пути. Тогда он сможет танцевать с кем захочет. Вот что я думаю обо всем этом. Здесь имеет место “доклинический суицид”, если основываться на тех вещах, о которых мы только что говорили. Если бы она была действительно склонна к самоубийству, я тогда сделал бы семью ее госпиталем.

Вопр.: Я не понимаю! Каким образом вам удалось бы сделать это?

Карл: Я бы возложил на них ответственность за ее суицидность. Наша задача в данном случае состояла бы в том, чтобы определить, почему эта семья желает ее смерти. И кто здесь является главарем? Что случится, если она умрет? Если она покончит с собой, кто будет плакать? Сможет ли Папа оставить свой трактор и прийти на похороны? Приедут ли дети, например, Ванесса, на похороны своей мамы? Кто будет плакать дольше всего? Я бы задал все приходящие в голову вопросы про Маму. Я принудил бы ее пофантазировать даже о том, что может быть после ее предполагаемой смерти. Это послужило бы тому, чтобы ослабить именно те фантазии, которые сделали бы самоубийство возможным.

Все это похоже на ту знаменитую историю о полицейском, который пытался говорить с человеком, стоящем на мосту и готовящемся покончить с собой. История реальна! Человек, казалось, вовсе не собирался разговаривать с полицейским и продолжал готовиться к своему роовому прыжку. В конце концов полицейский не выдержал, вытащил пистолет и заорал: "Слушай, сукин сын, если ты сейчас спрыгнешь, я тебя пристрелю!" В результате человек спустился вниз живой и невредимый. Вот это и есть настоящая психотерапия! Он перевернул представление этого человека о том, что именно случится, когда тот бросится с моста и тем самым внезапно расширил его перспективу! Именно это я и люблю делать и считаю важным, полезным в данной ситуации.

Лекарства лишь прикрывают проблему. Можно пойти спать вместо того, чтобы ругаться с женой, - но вряд ли так улучшатся ваши взаимоотношения с ней и ваше собственное состояние. Это лишь прикрывает неблагополучие: неужели на следующее утро вы проснетесь и вообразите, что ничего не произошло?

* * *

Когда сессия возобновилась, мы продолжили обсуждать вопрос о самоубийстве. Я прибавил к сложившейся картине другой вектор внутрисемейного взаимодействия, беседуя с Мамой о том, как бы Папа справился с ситуацией, если бы она себя убила.

К: Вы знаете, что случилось бы с ним, если бы вы совершили самоубийство?

М: Нет.

К: Я скажу вам. Бьюсь об заклад, он завянет и умрет через шесть месяцев.

М: Я не знаю.

К: Я могу предположить, что будет со мной, если моя жена умрет. Я думаю, что мне надо будет исчезнуть куда-нибудь в лес, и я не знаю, сколько времени пройдет до

того, как я смогу вернуться. Не думаю, что покончу с собой, но состояние мое будет ужасно.

Здесь я расширяю представление о проявлениях суицида, чтобы задействовать во всем этом Папу. Я говорю ему, что чувство вины, которое он испытывал по поводу невыношенной беременности, может вернуться.

Это также высвечивает его подспудную зависимость от нее и разоблачает миф о том, что он будет продолжать танцевать, прокладывая дорожки к сердцу какой-нибудь молодой женщины.

Между тем, рассказ о моей фантазии не оставляет им простора для бунтарства.

М: Почему же вы не спрашиваете о том, что будет, если первым умрет он? Мне тоже будет очень плохо.

К: Конечно.

М: Я не смогу с этим справиться.

К: Без сомнения. Это может вылечить ваш артрит, но вы будете чертовски одиноки и у вас начнется прямо-таки адская депрессия. Вы когда-нибудь говорите детям о своем одиночестве хотя бы в письмах?

Дор: Нет! Она посылает нам только письма с новостями. Она не хочет писать о себе.

К: Итак, по сути дела вы тоже бежите из семьи, как и он!

М: Да.

К: Я не думаю, что вы должны бегать от своих собственных детей. Может быть, вы боитесь, что если они будут знать правду о вашем состоянии, то это прибавит им хлопот?

М: Для депрессии нет никаких оснований. Я просто одинока.

К: Конечно. Вы чувствуете себя одинокой из-за фермы, из-за пяти детей и из-за всего того прошлого, которого у вас больше нет.

Ключ здесь в том, чтобы открыто бросить вызов мученической позиции Мамы, заключающейся в ее убеждении, что нет ничего такого, из-за чего она должна была бы впасть в депрессию. Я хочу, чтобы она поняла, что прячется от своей семьи под маской нежелания беспокоить их.

Я заканчиваю эту часть сессии ясным напоминанием о том, чего же все-таки Мама лишилась. Сейчас вся семья осознает ее боль.

Затем обсуждение быстро соскользнуло на конкретные реалии жизни на ферме. Они заговорили о том, как Папа все еще работает с Майком и как Мама часто появляется, чтобы помочь им. Ясно, что Майк часто контактирует со своими родителями.

Здесь Ванесса решила как следует расспросить своего брата, одновременно бросая вызов убеждению семьи, что мужчины не являются человеческими существами. Она спрашивает, сознательно ли он не обращал внимания на боль матери или же просто бездумно действовал таким образом.

Ван: Ты встречаешься с Майком каждый день, правда, Мама?

М: Да.

Майк: Чтобы быть точным, через день.

П: Ни у кого нет времени.

Ван: Майк, знал ли ты, что Мама чувствует себя так одиноко? Неужели это до тебя не дошло за последние несколько месяцев?

Майк: Отчасти....но....ты знаешь, у меня тоже нет времени! (Майк расплакался.)

К: Ты как Папа, всегда видишь только работу на этой проклятой ферме.

(Вся семья плачет.)

Какой замечательный индикатор изменений! Сейчас один из мужчин осмеливается выразить свою собственную боль в слезах. Вот это и есть рост! Майк более не является "запертым" в семейный миф о том, что мужчины свободны от аффектов.

Майк: Никогда не бывает времени!

Ван: Таким образом, у тебя нет времени, чтобы встретиться и поговорить с Мамой?

М: Он встречается со мной достаточно часто. Но когда мы встречаемся, мы только работаем, не знаю, что еще можно делать при встрече.

Впечатляет возрастающая свобода семьи заглянуть в лицо своей боли и быть включенными друг в друга. Другой стороной монеты является их растаущая игривость и способность смеяться.

Затем я приступил к более прямому расспросу семьи о наших предыдущих беседах. По обыкновению, я начал с Папы. Мне хотелось, чтобы и сейчас, в конце работы, он занял определенную позицию.

К: Итак, сейчас вы - мои гости. Давайте подытожим результаты шести сессий, которые мы с вами провели. Это необходимо для того, чтобы понять, какое значение они имели для семьи.

Начнем с Папы. Можете ли вы что-то сказать о том, что весь этот опыт значил для вас?

П: Ладно ... Поучительно было поближе познакомиться со своей собственной семьей. Понять, какой смысл имеет семья для других и что она значит для тебя.

После нашей последней встречи, не сегодня, а раньше, я построил дом для старика и старухи - для нас. Мне приятно осознавать, что я наконец смог построить этот дом - он удобный и уютный. Я построил его прежде всего для Марии.

М: Да, в дом войти очень приятно.

П: В действительности я не был ей хорошим мужем, но я представил себе, что вот этим я могу внести какой-то вклад.

(Смех)

Папа стал тоже более ориентированным на людей. Он все больше осознает межличностный компонент человеческого существования. Это свидетельствует о возрастающей близости между членами семьи. В то время как в терминах вербальной коммуникации способы самовыражения еще недостаточно адекватны, они уже реально существуют.

Способность Папы обозначить строительство дома как попытку стать лучше в качестве мужа очень впечатляет. Это может привести со временем к еще большей близости.

На этом этапе продолжилась дискуссия о жизни на ферме. Как это обычно и бывает, мы говорили в основном о работе и о делах, которые нужно обязательно завер-

шить. Папа был центральной фигурой в этом разговоре, а женщины оказались на периферии. Содержание разговора было примерно таким же, как и три года назад, однако разница, и весьма существенная, была очевидна. Прежде всего, не было чувства обиды, гнева и злости у женщин. Казалось, что они как-то заинтересованы в теме разговора и даже получают от него удовольствие.

Когда я вспоминаю об этом, содержание заключительной беседы становится мне все понятнее. С возрастанием способности Папы быть внутри семьи, они получали все больше возможностей видеть в нем личность, а не просто живое, но заброшенное препятствие для близости в семье. Сейчас, когда он включился в разговор по поводу фермы, они смогли посмотреть на все это скорее как на его собственный путь совладания с миром, чем на что-то, что он делает как бы наперекор им.

Когда обсуждение закончилось, я обратился к Маме.

К: Хорошо, что сегодня утром вам удалось поплакать по поводу ваших суицидальных импульсов. Большинство людей в этом отношении гораздо более упрямы. Когда ты спрашиваешь их о самоубийстве, они говорят: "О нет! Ко мне это не имеет ровно никакого отношения! У меня за всю жизнь никогда не было суицидальных мыслей!"

М: Мне не хотелось бы признаваться в их существовании перед другими. Например, перед соседями, так как они, скорее всего, меня бы совсем не поняли.

К: Вы можете доверять Папе немножечко больше, чем соседям - на одну ступеньку.

М: Да.

(Смех)

Дор: Может быть, на полступеньки.

К: На полступеньки? Ну надо же! Итак, что еще произошло для вас на сессиях?

М: Были моменты, где много плакали. Однажды Ванесса была очень драматичной.

Мар: Были драки на подушках.

Майк: И Гейл не хотела этого делать.

М: Я и Папа дрались. Нет, скорее дралась только я. Он же не захотел, прямо как Гейл.

К: Итак, его можно обвинить и в этом.

Ван: Мама много плакала. Папа говорил об утрате чувств и плакал. Было действительно такое ужасное ощущение, что твоя, Папа, жизнь подошла к концу. Я помню, что была тогда довольна тем, что находилась рядом, когда ты так плохо себя чувствовал.

П: Да, я представил себе, что мне никогда не удастся закончить то, что я делал. Это заставило меня взять себя в руки и в конце концов сделать то, что требуется. Время уплывает, если ты никуда не движешься. Я понял также, что Мария на девять лет моложе меня. И если все пойдет в соответствии с возрастом, то ей придется страдать на 9 лет больше, чем мне.

(Смех)

И опять трогательный жест со стороны человека, который не очень привык выражать чувства словами.

К: Что было такого в беседах, что вывело вас из равновесия?

П: Да вот, мне было указано, что я не был .... вы дети всегда были рядом с Мамой, а я... Я никогда не был близок. Я понял, что единственная вещь, которую я могу дать всем вам - это дом. Сейчас у вас есть дом, в который можно приезжать.

Ван: Я это ценю.

Г: Я заметила, что взаимоотношения Мамы и Папы действительно улучшаются. Я вижу их достаточно часто. Папа настойчиво пытается стать ближе к ней, Маме же приспособиться гораздо труднее, так как она более изолирована и нуждается в том, чтобы кто-то подал ей руку, вытащил к другим, как это было со мной.

Хотя разговор шел довольно ровно, без напряжения, реальные различия между ними стали все более очевидными. Мне захотелось сразу же спросить их об этом сдвиге в установках. Я хотел услышать, как же остальная часть семьи сегодня смотрит на Папу и относится к нему.

К: В прошлый раз у меня было такое чувство, насколько точно я его помню, что семья, вообще говоря, сердита на Папу. Это так?

Все: Да!

К: Изменилось ли что-то? Я помню, что Мама была зла на Папу. Сейчас мне кажется, что она все еще сердится на него за то, что он недостаточно близок и человечен по отношению к ней. Однако ощущается, что в ее словах гораздо больше нежности.

Ван: Я могу сказать, как я все это чувствую. Я была довольно сердита на тебя, Папа, три или четыре года назад за многие вещи, которые ты делал, или наоборот, не делал. Сейчас мне кажется, что я принимаю тебя больше. Осознаю, что я все еще недостаточно близка к тебе, но это отнюдь не гнев. Скорее какая-то дистанция.

К: Сейчас тебе хочется быть ближе, но ты еще не добилась этого. А раньше ты этого просто не хотела.

Ван: Да.

И еще одно изменение стало очевидным. Сейчас Ванесса в большей степени способна принять своего отца как личность, а не как носителя какой-то определенной роли. Она хочет с ним каких-то взаимоотношений, а не только стремиться убежать от тирании.

Г: Я сейчас стала ближе к моим родителям. Раньше я на него немного сердилась, но не сейчас.

К концу сессии я сделал еще одно открытое предложение - дать им возможность высказаться по поводу того, как семья изменилась.

К: Итак, кто еще хочет что-то сказать?

Ван: Я думаю, что наши беседы способствовали тому, что мы стали ближе друг к другу. Я могу это видеть на примере Папы и Мамы. Особенно с тех пор, как вы переехали в этот новый дом. Похоже на то, что в ваших взаимоотношениях появилось новое дыхание, вы как бы начинаете сначала.

М: Да, когда детей нет рядом, возможно что-нибудь и получится.

Мама использует возможность поделиться фундаментальным изменением в ее взгляде на мир. Она предполагает, что когда дети наконец разъехались, она и Джон смогут решить, что им пора улучшить их взаимоотношения. Здесь есть даже намек

на то, что эти взаимоотношения ей, в общем-то, нравятся. Возможно, что теперь-то она преодолела в себе качество быть "никем".

Ван: Я думаю, что все это поможет в моей личной жизни. Люди, которых я сейчас выбираю, самые разные. Думаю, что сессии в этом отношении оказались для меня очень полезными.

К: У меня такое чувство, что у вас появилось нечто новое - то, что вы стали более серьезными. Раньше мне казалось, что вы как бы все время смеетесь над собой.

Ван: Да, я чувствую себя более серьезной.

К: Я вижу большее стремление к тому, чтобы жить смелее, не бояться отдать жизни всего себя.

Это одна из действительно значимых целей терапии - освободить людей до такой степени, чтобы они могли жить полной жизнью. Реально постигать жизнь на своем опыте, а не только думать о ней.

Когда сессия закончилась, возникло чувство спокойствия, умиротворенности. Им не было страшно остаться наедине друг с другом. И я уже н был им нужен для поддержания мужества быть самими собой. Они сформировали устойчивую семейную систему и я оказался в большей мере вне ее, чем это было раньше.

Растущее чувство свободы и смелость членов семьи поражали. Они открыто обсуждали, общение друг с другом для них теперь удовольствие, а не тяжкая повинность. Они сами развили в себе способность находиться рядом друг с другом! Наблюдать жизнь и реагировать на нее личностно и с заботой о ближнем.

Когда терапия заканчивается, она не исчезает насовсем. Семья уносит в себе терапевта, а терапевт сохраняет семью внутри себя. Жизнь продолжается, и терапевт навсегда остается наедине с волнующим опытом включенности в трогательную ткань человеческих взаимоотношений.

“Танцы с семьей” - книга, которую я ждал годы. Для всякого, кого озадачивает подход Витакера, кого интригуют его парадоксы, раздражают “бессмыслицы”, увлекает странная магия его работы или просто интересует концепция, - это именно то, что нужно читать.

Случилось так, что я был в комнате наблюдателей за “односторонним зеркалом”, когда Витакер вел свой “танец” с представленной здесь семьей. Я наслаждался музыкой и синхронностью фигур их “танца”, но мне, наблюдателю за зеркалом, не дано было быть с ними вместе.

Книга дает такую возможность. Читайте ее.

Сальвадор Минухин,
доктор медицины

СОДЕРЖАНИЕ

Карл Витакер, Вильям Бамберри

ТАНЦЫ С СЕМЬЕЙ
Семейная терапия: символический подход,
основанный на личностном опыте

Перевод А.З.Шапиро

Научный редактор Е.Л.Михайлова
Литературный редактор Н.Н.Полянская
Редактор И.В.Тепикина

ЛР № 061743

М.: Независимая фирма “Класс”

ISBN 0-87630-496-X (USA)
ISBN 5- 86375-015-4 (РФ)